€ 4
MAGGIO
2018

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

P.I. SPA SPED. IN A.P. - AUT. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART 1 COMMA 1 - LO/MI - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,25

A TAVOLA IN POCHI MINUTI
SPECIALE PASTA

ISSN 1121-1504
IN EDICOLA DAL 24.04.18

LA TORTA FACILE DI PRIMAVERA

«SBRISOLATA» CON LE FRAGOLE p. 64

SENZA FARE LA SPESA: LE RICETTE CON QUEL CHE C'È

A TORINO ORA SI MANGIA COSÌ: UNA CITTÀ DA GUSTARE

AL PARCO O IN UFFICIO? I PRANZI PRONTI PIÙ GHIOTTI E VELOCI

Hotpoint

NUOVO FORNO MULTIFUNZIONE CON GENTLE STEAM

Triplica il gusto con un tocco di vapore.

Triplica il gusto con un tocco di vapore.

Ami il piacere del cibo e della convivialità ma sei anche attenta al tuo benessere e all'alimentazione? Da oggi puoi prenderti cura di chi ami e realizzare piatti appetitosi, leggeri e creativi per un'alimentazione sana ed equilibrata, senza rinunciare al gusto. Nasce il nuovo **forno multifunzione con funzione Gentle Steam** di Hotpoint che sfrutta tutte le potenzialità del vapore unite alle funzioni tradizionali, per risultati impeccabili, sia in termini di cottura che di sapore.

TECNOLOGIA GENTLE STEAM

La funzione Gentle Steam abbina la potenza del vapore alla cottura tradizionale garantendo il livello di umidità e aria calda ottimale per realizzare ogni tua ricetta. Basta versare acqua sul fondo della cavità e avviare il forno. Gli algoritmi specifici modulano perfettamente i parametri dei **3 programmi Gentle Steam** per trasformare l'acqua in vapore e mantenere le performance di cottura ideali.

PANE. Il vapore durante la cottura favorisce la lievitazione del pane in un perfetto equilibrio tra friabilità e volume. Regala ai tuoi prodotti da forno una crosta più uniforme e croccante, con un bellissimo color dorato.

CARNE. L'aria calda tende ad assorbire l'acqua contenuta negli alimenti. Grazie al vapore, arrosto, roastbeef e pollo saranno incredibilmente succulenti e dorati.

PESCE. Il segreto della gustosità del pesce è racchiuso nella sua polpa delicata. Evita di utilizzare fogli di alluminio e coperchi: il vapore in cottura mantiene l'interno del pesce morbido e l'esterno perfettamente croccante.

www.hotpoint.it

Quando veloce vuol dire buono

Mentre studiavo, con la mia compagna Antonella, per pranzo preparavamo sempre – al posto del grande classico da ventenni che era lo spaghetto con il tonno o aglio, olio e peperoncino – una pasta corta molto veloce, proprio perché eravamo molto impegnate con i libri. Lei era figlia di una ristoratrice piacentina (a proposito, non ti vedo da allora, tutto bene?) e mi aveva sorpresa con questo piatto di casa sua divenuto poi un classico anche per noi: farfalle, panna, limone e dragoncello secco o fresco. Nel tempo in cui cuoceva la pasta, circa 13 minuti, tra una norma e un'obbligazione, Antonella addensava la panna sul fuoco e ci spruzzava dentro mezzo limone, poi aggiungeva una generosa dose di dragoncello. L'ho riproposta in redazione tra lo scetticismo generale grattandoci sopra anche un po' di scorza e invece è... buona! Studenti sotto esame e voi cari lettori e lettrici che arrivate a casa tardi e avete voglia di premiarvi con qualcosa di gustoso (basta ricordarsi di comprare la panna e il dragoncello), e in ogni caso tutti voi che avete semplicemente fretta, regalatevi un primo piatto *stranomabuono* (anche in versione alleggerita con la ricotta). Poi se non avete avuto neanche il tempo di fare la spesa (succede), sfogliate questo numero di maggio fino alla rubrica «Con quel che c'è». Trovate delle ricette deliziose realizzate con quanto normalmente si tiene in casa: farina, salsa di pomodoro, patate, peperoncino, riso, aglio, olio extravergine di oliva, senape... ce li avete vero? In caso di risposta negativa, trovate la nostra lista per la dispensa perfetta a prova di supermercato chiuso!

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@lacucinaitaliana.it
instagram.com/maddafox

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA
INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA
TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

FOTO RICCARDO LETTIERI, STYLING BEATRICE PRADA

La filosofia che ci guida dal 1929
Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

La posta dei lettori

Ci è arrivata una busta che conteneva una poesia firmata Mary. Dolce, solitaria, malinconica. Abbiamo cercato di trovare la nostra lettrice senza successo.
Mary, vieni a trovarci quando vuoi!

Savona 6/3/2018
Alla cara redazione della Cucina Italiana

Solitudine

quando sono sola, nei giorni di festa.
feste importanti, Natale o ferragosto.
qui nella mia casa, c'è tutto il mio mondo.
Un poco triste, io mi guardo attorno.
Sono molto stanca, e non mi va di fare niente.
apro le ante della libreria.
colme di trent'anni di riviste.
quelle riviste, che quasi bambina.
una cuoca provetta mi hanno fatto diventare
dolci, secondi piatti, pasta alla napoletana
vi sto parlando della mia passione!
Il mensile della Cucina Italiana!
che riesce sempre a farmi compagnia.
e mi fa passare queste giornate dove sono sola.
mi riporta indietro nel tempo
dove tutto era bello e radioso.
quando cucinavo, per la mia famiglia.

Mary

LA CUCINA ITALIANA
DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

sommario

3 **Editoriale**
9 **Notizie di cibo**
Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola
16 **Goloso chi legge**
Una boccata d'aria
18 **Belle maniere**
Pranzo d'affari al femminile
Storie di famiglia
20 Gente di una certa pasta. Barilla
72 Missione colore. Missoni
24 **La lettrice in redazione**
Un dolce progetto
28 **Classici regionali: Lazio**
Pollo grillettato
30 **Artigiani**
I formaggi son desideri. Caciotte e yogurt nell'azienda agricola Zoff
32 **Per la sposa**
Bouquet da mangiare
Pause pranzo
36 Parco o scrivania?
70 Pane, amore & bufala. Eccellenze Campane a Milano
38 **Vita da cuoca**
La dama di Caserta. Rosanna Marziale

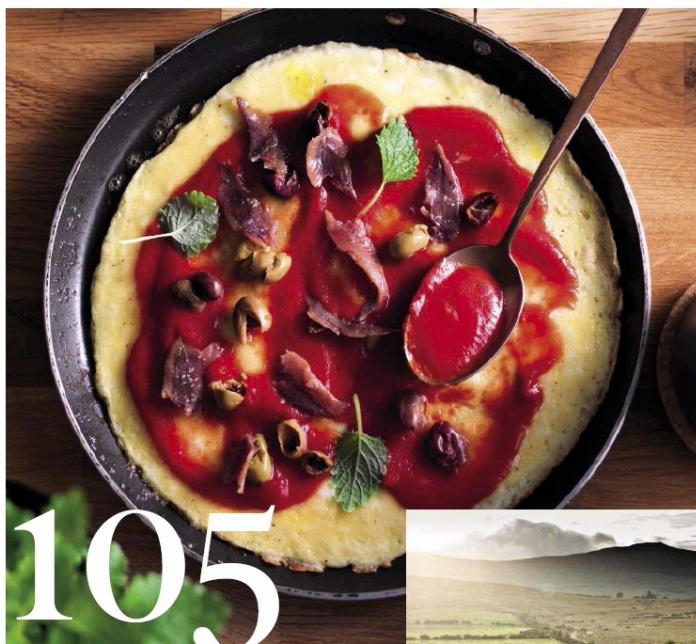
Il Ricettario

Piatti tutti nuovi, semplici e ricercati
44 **Antipasti**
47 **Primi**
51 **Pesci**
53 **Verdure**
58 **Carni e uova**
62 **Dolci**
65 **Carta degli abbinamenti**
66 **Dispensa dei prodotti**

78 **Cosa si mangia e si beve sull'Etna**
Dalla lava nascono i sapori

Speciale Pasta

86 **La più amata dagli Italiani**
94 **Buona senza segreti**
96 **Non di solo grano**
98 **Cotto & scolato**

100 **Italians**
Il cuoco e l'ambasciatore
104 **Con quel che c'è**
All'ultimo momento
108 **Che cosa si mangia nel capoluogo piemontese**
Il cielo sopra Torino

116 **Le ricette delle nonne**
Mamma, raccontami di quella sera a cena
120 **Cosa si mangia in Irlanda**
Dove l'erba sa di mare

La Scuola

Per scoprire novità e tendenze e imparare tecniche e segreti
129 **L'oggetto misterioso**
130 **A lezione dai nostri cuochi** Pasta fresca
131 **Fatto in casa**
Con i fiori del sambuco
132 **Principianti in libertà**
Mamma, ho fame!
133 **L'ingrediente**
Quel mazzolin di erbe

Guide

134 **Indirizzi**
135 **L'indice dello chef**
135 **Misure**
136 **Menu**

120

72

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana,
Piazza Castello 27, 20121 Milano.
Tel. 0285611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate il 199 133 199

(Il costo della telefonata per apparecchi fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + iva senza scatto alla risposta. Da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato).

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi de La Cucina Italiana e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicolao 7 (angolo piazza Cadorna). Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti. E scoprite i nostri team building culinari dedicati alle aziende. Vi aspettiamo!
scuola.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali. Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da quasi 90 anni la guida più autorevole nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa. Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 05 - Maggio 2018 - **Anno 89°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE

Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA

Web Editor
SABINA MONTEVERGINE

Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) - rangiolani@condenast.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO - cucina@lacucinaitaliana.it

Cuochi
BRENDAN ALLTHORPE, SERGIO BARZETTI, DAVIDE BROVELLI, JOËLLE NÉDERLANTS, DARIO PIZZETTI, SAURO RICCI, GIOVANNI TRAVERSONE
Hanno collaborato
MARINA BAUMGARTNER, FILIPPO CERRINA FERONI, SARA MAGRO, ROSA PEMPINELLO, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI, ROBERTO ZICHITTELLA
Per le immagini
AG. 123RF, AG. CONTRASTO, AG SIME, MASSIMO BIANCHI, CLAUDIO BONOLDI, GIACOMO BRETZEL, MATTEO CARASSALE, JANOS GRAPOW, ANDREA GUERMANI, ROBERT HOLDEN, RICCARDO LETTIERI, JACOPO SALVI, MONICA VINELLA

Direttore Editoriale e Comunicazione Corporate LUCA DINI

Direttore Generale Sales & Mktg FRANCESCA AIROLDI
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Advertising Manager FEDERICA METTICA
Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. **Responsabile Digital Content Unit** SILVIA CAVALLI

Digital Sales Director: CARLO CARRETTONI Direttore. **Moda e Oggetti Personali:** MATTIA MONDANI Direttore
Beauty: MARCO RAVASI Direttore. **Grandi Mercati:** MICHELA ERCOLINI Direttore. **Arredo:** CARLO CLERICI Direttore
Triveneto, Emila Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager
Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN
New York: ALESSANDRO CREMONA. **Barcellona:** SILVIA FAURÒ. **Monaco:** FILIPPO LAMI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.
Presidente Giampaolo Grandi
Amministratore Delegato Fedele Usai
Direttore Generale Domenico Nocco

Vice Presidente Giuseppe Mondani. **Direttore Centrale Digital** Marco Formento
Direttore Circulation Alberto Cavara. **Direttore Produzione** Bruno Morona
Direttore Risorse Umane Cristina Lippi. **Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione** Luca Roldi
Branded Content Director Raffaella Buda. **Digital Marketing** Manuela Muzza. **Social Media** Roberta Cianetti
Digital Product Director Pietro Turi. **Head of Digital Video** Rachele Willig
Digital CTO Marco Viganò. **Enterprise CTO** Aurelio Ferrari
Digital Operations e Content Commerce Director Roberto Albani

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 0280055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700. **Bologna**, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249. **Parigi/Londra**, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-53436975. **New York**, Spring Place 6, St Johns Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236. **Barcellona**, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041. **Monaco di Baviera**, Eierwiese 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973.

notizie di cibo

Aperitivo di primavera

Complici l'aria tiepida e le giornate che si allungano è impossibile resistere alla voglia di cocktail. Ecco le nostre proposte, firmate Drinkable Berebeneovunque, da replicare (e sorseggiare) a casa. In alternativa, andate a provarle al nuovo Pandenus-Gae Aulenti di Milano, affacciato sul parco comunale La Biblioteca degli Alberi. *pandenus.it*

La petite rouge
Versate 3 cl di infuso di karkadè, 4 cl di gin, 3 cl di succo di lime e 2 cl di sciroppo di zucchero nello shaker con ghiaccio e shakerate. Filtrate in un calice e servite decorando con petali di rosa.

Flower power
Miscelate nel bicchiere 4 cl di succo di lychee con 2 cl di succo di bergamotto, unite abbondante ghiaccio, quindi colmate con 8 cl di soda al pompelmo rosa. Decorate con i fiori eduli e servite.

Citrus
Versate in un bicchiere lungo e stretto 5 cl di succo di arancia, 3 cl di pompelmo e 2 cl di limone; riempite con ghiaccio e colmate con 8 cl di cedrata. Mescolate e decorate con una fetta di cedro.

FOTO ARCH. LCI

Macché brunch!

La Terrazza Gallia, il ristorante panoramico dell'**Excelsior Hotel Gallia** di Milano, al posto del brunch propone «La domenica italiana», un pranzo con tutti i classici della tradizione preparati dai cuochi Vincenzo e Antonio Lebano in collaborazione con i fratelli Cerea (del ristorante Da Vittorio a Brusaporto, vicino a Bergamo). Dal ragù di ossobuco al risotto alla milanese... gnam! *terrazzagallia.com*

Una città da assaggiare

Torna l'appuntamento che avvicina ai cittadini il meglio della ristorazione di Milano

Grandi ristoratori, grandi piatti, piccoli prezzi (6-10 euro). È questa la formula vincente di **Taste of Milano**, giunto alla nona edizione: dal 10 al 13 maggio, al The Mall in Porta Nuova, 11 cuochi (tra cui Andrea Berton e Claudio Sadler) preparano 4 piatti ciascuno. In una dodicesima cucina ci saranno per la prima volta «I Maestri in Cucina Ferrarelle», pizzaioli e grandi chef che collaborano alla creazione di piatti, per una nuova esperienza di gusto. Oltre agli assaggi, sono previste molte altre esperienze: cocktail, vino, birra, mini corsi di fotografia, Vip Lounge e Area Kids con laboratori di cucina. *tasteofmilano.it*

La fiera delle buone novità

Volete scoprire tutti i prodotti che saranno in vendita nei prossimi mesi? Assaggiarli, sentire come e perché sono nati e magari vederli cucinati da grandi cuochi? Allora dal 7 al 10 maggio l'appuntamento è a Parma per visitare la 19ª edizione di **Cibus**, il Salone Internazionale dell'Alimentazione, organizzato da Fiere di Parma e Federalimentare. *cibus.it*

Tutti in colonna

Composta da tre elettrodomestici che si integrano perfettamente, la colonna *Sous Vide* di **Rosières** è pensata per chi cerca un risultato professionale anche in casa. Cassetto sottovuoto, forno a vapore e abbattitore concentrati in poco spazio, per cucinare prima e conservare poi. *candy.it*

Nel mare di Sardegna

Sulla piccola isola di San Pietro, nel sud della Sardegna, si trova una delle poche tonnare ancora attive nel Mediterraneo, in funzione dal 1738. Carloforte, «capoluogo» dell'isoletta, ospita dal 24 al 27 maggio la 16ma edizione di **Girotonno**, rassegna dedicata alla valorizzazione dell'antica cultura che ruota intorno a tonni e tonnare: showcooking, concerti, approfondimenti e una gara internazionale di tonno, con una giuria presieduta da Enzo Vizzari. *girotonno.it*

L'Italia più dolce a Dubai

La pasticceria **Cova**, indirizzo storico di via Montenapoleone a Milano, inaugurato da Antonio Cova nel 1817 e ritrovo abituale di Giuseppe Verdi e Giacomo Puccini, porta i suoi celebri dolci anche a Dubai, nella nuova estensione della Fashion Avenue all'interno del Dubai Mall. Anche nel Golfo, è arrivato il famoso panettone! *covamilano.com.*

Un fiore aiuta

È sempre un bel pensiero per festeggiare, soprattutto se serve a sostenere **Airc**, l'Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro. Domenica 13 maggio, festa della mamma, l'*Azalea della Ricerca* torna in 3.700 piazze italiane: 580.000 piantine saranno distribuite dai volontari (per una donazione di 15 euro l'una) insieme con una guida sulla salute in rosa. *airc.it*

FOTO GIACOMO BRETZEL, CLAUDIO BONOLDI

Ci vediamo in Cucina!

Durante Milano Food City ci saremo anche noi de La Cucina Italiana. Per incontrare i lettori e raccontare come nasce il giornale, come si organizza la buona spesa, come si apparecchia la tavola con stile

Siete curiosi di sapere come vengono ideati i piatti della nostra rivista? Come li cuciniamo e fotografiamo? Dal 7 al 12 maggio, all'interno di **Milano Food City** (7-13/05) la redazione de La Cucina Italiana, con il Patrocinio del Comune di Milano, aprirà le porte per voi. Negli spazi della nostra Scuola, in piazza Cadorna a Milano, potrete assistere inoltre a showcooking e lezioni di esperti per scoprire come fare la spesa perfetta, come si cucina per i bambini, come ci si orienta in una dieta alternativa. Vi racconteremo che cos'è il Manifesto de La Cucina Italiana Felice. E ci intratterremo con voi in aperitivi a tema, da quello social a quello regionale. Iscrizioni su *scuola.lacucinaitaliana.it*.

Capitale del gusto

Le sette virtù del cibo, degustazioni, arte, e un «carrello solidale» pieno di cose da condividere con chi ha di meno: due protagonisti della kermesse milanese svelano che cosa ci aspetta in città

CRISTINA TAJANI
Assessore a Politiche del lavoro, Attività produttive, Commercio e Risorse Umane del Comune di Milano
Che cos'è la Milano Food City?
«Giunta alla seconda edizione, è un appuntamento con cui la Fiera internazionale TuttoFood e il Comune di Milano celebrano il cibo italiano, contrastano lo spreco e fanno cultura alimentare. Torna, per esempio, *Più siamo più doniamo*: 6 bilance sparse per la città permetteranno a chi lo vorrà di pesarsi. Il Comune convertirà il loro peso in derrate alimentari per i più bisognosi e saranno distribuite a Caritas, Pane Quotidiano e Banco Alimentare».
Novità di quest'anno?
«Il tema sono le sette virtù del cibo: gusto, incontro, energia, diversità, nutrizione, risorsa e gioco. Questi temi animeranno l'intera città, dal centro storico alle periferie. Avremo il contributo della Fondazione Umberto Veronesi, per insegnare una nutrizione più sana. Tra le iniziative, *Campagna Amica*: ogni giorno, dalle 9 alle 20, 50 aziende lombarde proporranno, intorno a Piazza Castello, il meglio dell'agricoltura lombarda. Le periferie verranno animate da proiezioni multimediali di mostre d'arte (tra cui quella di Frida Kahlo) e dal migliore cibo di strada lombardo».
Che cos'è oggi, secondo lei, la cucina italiana felice?
«Una cucina che abbina riscoperta del territorio, tradizione e innovazione». *milanofoodcity.it*

FEDERICO GORDINI
Presidente e ideatore di Milano Food Week
Che cos'è la Milano Food Week?
«Una manifestazione nata 9 anni fa, quando facevo parte del Comitato giovani imprenditori di Expo 2015. Una sorta di fuorisalone dell'enogastronomia organizzato dalla Società Lievita, di cui sono Direttore Creativo, con il patrocinio del Comune di Milano».
Novità di questa edizione?
«Il tema sarà *Il carrello della Spesa*, un fil rouge in grado di abbracciare 7 cucine tematiche disseminate per la città, animate da cuochi, influencer del cibo e produttori. Il tutto si tramuterà in una grande raccolta solidale di prodotti per aiutare alcune associazioni caritatevoli, tra cui Solidando, Caritas Ambrosiana ed Equoevento. Nei weekend del 5-6, e 12 e 13 maggio sarà effettuata una raccolta di alimenti in 10 supermercati Pam di Milano. Saranno in vendita inoltre 12 "carrelli d'artista". Tramite l'app di food delivery Glovo inoltre, saranno in vendita, a fine benefico, delle playlist della spesa per preparare a casa le ricette degli chef dei nostri showcooking».
Che cos'è oggi, secondo lei, la cucina italiana felice?
«Una cucina in grado di raccontare la grande biodiversità italiana attraverso i suoi prodotti alimentari tipici. Una cucina che mostri il volto dei nostri produttori». *milanofoodweek.com*.

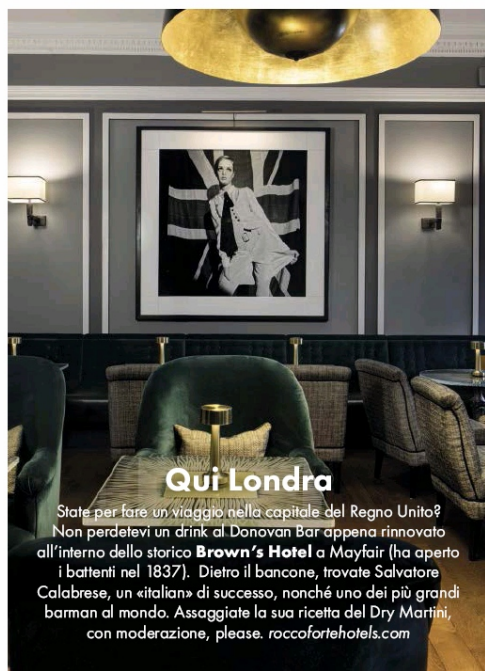
FOTO ROBERT HOLDEN

In Svizzera con i grandi cuochi

Giro del mondo a tavola alla dodicesima edizione del festival gastronomico Sapori Ticino

Sono 17 le cene che caratterizzeranno questa edizione di **Sapori Ticino**, il festival gourmet internazionale che ogni anno porta in Svizzera tutti i cuochi più rinomati. Sparsi per il Cantone, dal 29 aprile al 17 giugno potremo assaggiare le cucine del globo: al Seven Lugano The restaurant ci sarà quella indiana di Gaggan Anand, dell'omonimo ristorante di Bangkok, n. 1 al mondo per tre anni consecutivi secondo Asia's 50Best Restaurants. Bisognerà salire a 1700 metri d'altezza fino al bellissimo ristorante rifugio Fiore di Pietra (qui accanto) sul Monte Generoso per gustare i sapori italiani di montagna di Norbert Niederkofler (sopra) del St. Hubertus di San Cassiano, nuovo tristellato della guida Michelin. E ancora da Ciani a Lugano ci saranno i piatti francesi di Emmanuel Renaut (a sinistra) del Flocons de Sel di Megève. *ticino.ch.*

Mordiamoci le labbra

Sono gustosi (ma non vanno proprio mangiati) questi baume di **Sephora** a base di anguria, cocco, kiwi, ciascuno con una funzione specifica: idratante, esfoliante, emolliente... 4,90 euro *sephora.it.*

Qui Londra

State per fare un viaggio nella capitale del Regno Unito? Non perdetevi un drink al Donovan Bar appena rinnovato all'interno dello storico **Brown's Hotel** a Mayfair (ha aperto i battenti nel 1837). Dietro il bancone, trovate Salvatore Calabrese, un «italian» di successo, nonché uno dei più grandi barman al mondo. Assaggiate la sua ricetta del Dry Martini, con moderazione, please. *roccofortehotels.com*

Avvistati Stuart e Dave

I Minions affrontano, questa volta, una missione «buonissima»: scegliere solo pomodori italiani per il *Tomato Ketchup* **Develey** e solo uova da galline allevate a terra per la *Maionese*. Né conservanti, né esaltatori dei sapori, né glutine. Operazione riuscita. *develey.it*

FOTO JANOS GRAPOW

UNA BOCCATA D'ARIA

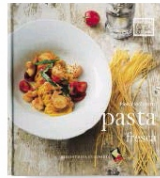
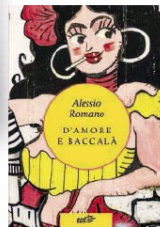
I prati sono più verdi che mai e cresce il desiderio di stare all'aperto. Ecco quello che serve, secondo **Angela Odone**: una coperta, ricette che sanno di primavera e un romanzo da leggere sotto le frasche

Stop al binomio «insalata-che tristezza». L'autrice delle ricette, Lorenza Alcantara, cuoca originaria della Repubblica Dominicana ma cresciuta in Italia, dimostra (in più di 60 ricette) che ogni giorno si può preparare un piatto sano, nutriente, allegro e di grande soddisfazione. **Mi piace perché** ci sono tutti i tagli delle verdure e molti abbinamenti a cui non avevo mai pensato. *Super Insalate, Food Editore, 16,90 euro*

Insalata di mango e tacchino alle erbe aromatiche

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g petto di tacchino – 150 g insalata mista
5 ravanelli – 1 mango maturo grande
1 spicchio di aglio – rosmarino – timo
maggiorana – olio extravergine di oliva
sale – pepe

Tritate le erbe aromatiche sfogliate, con l'aglio e riunite tutto in una ciotola con olio, sale e pepe.
Tagliate il petto di tacchino a fette sottili, mettetelo nella ciotola e fatelo marinare coperto per circa 1 ora in frigo.
Sbucciate il mango, tagliatelo a dadini, mescolatelo con l'insalata e i ravanelli a fettine e condite con olio e sale.
Scolate il tacchino dalla marinata e grigliatelo su una piastra rovente su entrambi i lati.
Completate l'insalata con il tacchino tiepido tagliato a pezzi.

IL VELO DORATO
È quello della sfoglia di pasta fresca, che ciascuno di noi aspira a «tirare» sottilissima almeno una volta nella vita. Dalle tagliatelle ai ravioli, le ricette sono illustrate passo passo.
Mi piace perché sa di feste in famiglia. *P. Zanotti, Pasta fresca, Biblioteca Culinaria, 13,90 euro*

PASSIONI A LISBONA
Uno scrittore e una cameriera, l'oceano, il fado e il *bacalhau*. Ecco gli ingredienti indispensabili per una storia avvincente e romantica.
Mi piace perché non manca un pizzico di suspense. *Alessio Romano, D'amore e baccalà, EDT, 8,90 euro*

OLTRE IL CESTINO
Volete allestire un picnic che lascerà tutti senza parole? Tema pirati, elfi o Mago di Oz non fa differenza, seguite i consigli di Antonella Guzzardi, in arte Cynara Flair, e divertitevi. **Mi piace perché** c'è la «check list picnic», ovvero quello che non deve mancare mai. *A. Guzzardi, Il favoloso mondo del picnic, Gribaudo, 14,90 euro*

FOTO RICCARDO LETTIERI

PRANZO D'AFFARI AL FEMMINILE

Anche se oggi le donne disinvolte negli incontri di lavoro sono molte, l'invito al ristorante richiede una regia attenta. Per minimizzare i rischi e portare a casa i risultati

di FIAMMETTA FADDA

Che l'ospite sia un lui o una lei è irrilevante. L'approccio morbido ad alta preparazione e basso testosterone è quello vincente. Ecco i fondamentali da non dimenticare.

Conosci il tuo pollo

Regola numero uno: non spostare l'ospite dalla sua zona di comfort psicologico. Una telefonata esplorativa alla segretaria, a un comune conoscente o a un collega di lavoro (carriera, sport prediletti, gusti a tavola), oltre a un controllo in rete, eviterà di portare un vegetariano nel ristorante di cacciagione o un ebreo osservante al paradiso del maiale.

L'abito fa la monaca

Capelli lucidi, mani perfette, trucco leggero, niente profumo. Le scollature suggestive, i tacchi vertiginosi, gli orecchini chilometrici sono no-no. Ma lo è anche l'uniforme. New York stila il codice: per finanza e studi legali tailleur e tailleur pantalone con décolletée a tacco alto; per il mondo della moda, cardigan con gonna e stivali bassi scamosciati; per le società informatiche, jeans con giacca firmata e borsa-culto.

Mezzogiorno di cuoco

Il ristorante giusto è vicino all'ufficio e deve soddisfare quattro basilari esigenze: tavoli ben distanziati, trattamento da habitué (tavolo preferenziale d'angolo), menu semplice ma interessante, servizio cortese e veloce. Nei Four Seasons di Milano e Firenze il menu per le colazioni d'affari offre due portate in 45 minuti, tre in 55 (39 e 48 euro). Ma, previa telefonata al maître, si ottiene dovunque la tempistica desiderata.

Alla larga dal coniglio

Se l'ospite ordina caviale non è il caso di posizionarsi su una minestrina nel pur lodevole intento di contenere i costi societari. Se dice faccia lei, mantenersi su piatti neutri: gli inglesi considerano il coniglio un animale di compagnia; i giapponesi non sanno arrotolare gli spaghetti; gli americani inorridiscono di fronte alle interiora. Le portate scandiscono il ritmo della conversazione: antipasto e argomenti piacevoli, piatto centrale e convergenza sul lavoro, caffè e small talk finale. Mai sciorinare materiale dimostrativo, mai cellulare acceso. No iPad in vista.

Il bicchiere giusto

Una buona competenza sui vini è un ottimo strumento di conversazione. Nei paesi anglosassoni a mezzogiorno ci si limita all'acqua (è elegante chiedere quale: Badoit, Evian, San Pellegrino?), ma a cena il vino è di rigore. Se l'ospite è un appassionato, gli si affida il compito, se non lo è, sceglie lei preferendo etichette della zona. Evitare comunque sfoggi di erudizione: inutile chiedere a un cinese se avverte il tipico profumo di violetta del suo Barolo, perché in Cina non esistono le violette.

Il conto

Il modo più elegante è far mandare il conto in azienda. In alternativa si lascia al maître la carta di credito entrando e lo si avverte di tenere pronto il conto alla cassa in modo da poter controllare e firmare allontanandosi brevemente. La frase d'uso è «mi scusi un attimo», che può voler dire che la signora sta andando a far pipì o a espletare altre esigenze socialmente corrette.

Avances. Se capita

Al suo vicino di tavolo alticcio che le sussurrava che l'avrebbe portata a letto volentieri, Margaret Thatcher notoriamente rispose: «La ringrazio, ma dubito che adesso sarebbe in grado di farlo». Trattandosi di un cliente, l'avance va lasciata cadere nel vuoto in modo che il messaggio arrivi senza creare imbarazzi. Se l'insistente non demorde, si declina sorridendo con una frase neutra del genere «ora siamo qui per lavoro...». Ma è un caso limite. La situazione molto più probabile e sgradevole è trovarsi a tavola con uomini che dicono buon appetito e parlano mentre masticano. Anche qui si sorride e si ignora.

FOTO R. LETTIERI

GENTE DI UNA CERTA PASTA

Dietro a un colosso dell'industria alimentare italiana ci sono tre fratelli. Ma di loro si sa poco perché, dice **Luca Barilla**, «si parla solo quando si ha qualcosa di importante da dire». In fondo la storia si fa con i fatti. E con un paio di miracoli

A cura di SARA TIENI, Foto GIACOMO BRETZEL

Arrivo agli stabilimenti della Barilla a Pedrignano, vicino a Parma. L'atmosfera fa molto «industria». I silos per il grano, i magazzini infiniti, gli uffici. Siamo nel quartier generale del marchio, leader mondiale per la produzione della pasta, uno stabilimento da 1,2 milioni di metri quadrati: il più grande esistente. Di familiare, penso, si respira poco. I numeri dell'azienda (8420 dipendenti nel mondo, 1.800.000 tonnellate di prodotti che arrivano sulle tavole di tutto il pianeta, per 13 marchi, tra cui Mulino Bianco, Voiello e Pavesi, 28 unità produttive per 3413 milioni di euro di fatturato) mi tornano in mente come le tabelline prima di un'interrogazione alle elementari: con una certa ansia. Dobbiamo incontrare Luca Barilla che gestisce, con i fratelli Paolo e Guido e l'amministratore delegato Claudio Colzani, il gruppo di Parma. Nell'attesa di Luca, ci ripetono i suoi impegni per la giornata. Arriva l'interessato e iniziano le sorprese. Al posto di un capitano d'industria con agenda-cronometro, si affaccia un uomo dai toni pacati che esordisce con un disorientante: «Sono Luca, piacere, a vostra disposizione per il tempo che volete». Membro della quarta generazione della Barilla, fondata da Pietro nel 1877 con una piccola bottega di pane e pasta, Luca, due figli, incarna senza forzature lo slogan più noto del marchio, quel «dove c'è Barilla, c'è casa», da anni nell'immaginario collettivo degli italiani. La chiacchierata si protrarrà per tutto il giorno tra la visita agli stabilimenti e un pranzo a base di pasta in formato 3D servito all'Academia Barilla, centro di eccellenza della cucina e della gastronomia del gruppo, che ha reso Parma una sorta di Silicon Valley del cibo.

Luca, ha davvero tutto questo tempo?

«Cerco di prestare attenzione. Quello che mi ha colpito di Roger (*Federer, protagonista con lo chef Davide Oldani dell'ultimo spot del marchio*, ndr) è che non guarda mai l'orologio. E che gli importa veramente di quello che gli dice la gente. Tanti altri invece fanno solo finta di ascoltarti. Un giorno è venuto qui a sorpresa. Ha parlato con tutti, firmato autografi. Alla fine del pomeriggio ci ha salutato: «Devo essere a casa in tempo per mettere a letto i miei bambini».

Sembra un'immagine da famiglia del Mulino Bianco, un ideale per cui siete stati anche criticati. Esiste veramente?

«Io sono di parte (*ride*, ndr). Pensi che mia moglie lavorava nello sviluppo dei nuovi prodotti della Mulino Bianco. Ci ho messo mesi prima di decidere di corteggiarla. La vita è già abbastanza dura. Avere degli ideali aiuta. Mio padre Pietro diceva "date da mangiare alla gente quello che dareste ai vostri figli". Da quel concetto noi fratelli siamo ripartiti: fare prodotti di qualità per il benessere delle persone e del mondo che le circonda».

Che cos'altro le ha insegnato suo padre?

«A parlare solo quando si ha qualcosa di importante da dire. Rilasciava poche interviste, anche se era un avido lettore di giornali. La sera commentavamo ad alta voce i pezzi di Indro Montanelli e di Enzo Biagi, suoi cari amici. Di noi fratelli sono quello che ha abitato più a lungo con lui: fino a 32 anni».

Non dirà che era un «bamboccione»?

«Tutt'altro. Più che altro con papà mi divertivo. Pratico e modesto, era anche un uomo aperto al mondo. Conosceva bene Mina, protagonista dei nostri spot, ed era tra i pochi a dare del tu a Enzo Ferrari. L'ingegnere teneva la gente a distanza. Eppure da mio padre si faceva abbracciare: si rispettavano».

A riacquistare l'azienda, ceduta in parte al gruppo americano W.R. Grace nel 1971, fu proprio suo padre.

«Mio zio negli anni '60 vendette le sue quote. Fu un momento buio per mio padre. Poi, contro il parere di tutti si indebitò, ma nel 1979 tornò in possesso della sua azienda. Fu uno dei suoi due miracoli».

L'altro qual è?

«Riconquistare la mamma: lei lo lasciò che Guido, Paolo e io eravamo piccoli. Ci mise anni, ma tornarono insieme. Fu allora che nacque mia sorella Emanuela. Aveva il mito della famiglia unita. Ed era sempre un passo avanti».

Come si anticipano i tempi?

«Con la ricerca. Guardi lo spaghetto n. 5: ne vendiamo 2 milioni di quintali all'anno. Sembra sempre uguale, invece lo miglioriamo continuamente. Negli anni '50 riuscimmo a ottenere dalla federazione pastai quello che nel '67 divenne legge: che la pasta fosse fatta solo con grano duro». →

Da qui sopra, in senso orario, un piatto di pasta prodotta da Barilla con la stampante 3D. Spaghetti durante l'essiccazione. Una locandina del marchio ideata da Erberto Carboni nel 1953. In basso, una foto del 1923 con i dipendenti. Nella pagina accanto, Luca Barilla, vicepresidente del gruppo, tra i silos di grano dello stabilimento di Parma.

Da sinistra, gli attori Giorgio Pasotti e Nicole Grimaudo, protagonisti, nei panni di una coppia di moderni agricoltori, nel nuovo spot di Mulino Bianco. Un ritratto di Luca Barilla. Dettaglio di un locale del mulino Barilla nello stabilimento di Pedrignano: attraverso questo intrico di tubi passano ogni giorno 700 tonnellate di semola.

«Telelavoro e asili pagati per i figli di ogni dipendente: da sempre crediamo in un'industria che sostiene la comunità»

Da poco avete debuttato con la pasta biologica: perché solo ora?
«I nostri prodotti, con tutti i controlli che devono superare, biologici lo sono già da tempo. Questa, se vuole, è un'ulteriore rassicurazione».

Con Mulino Bianco siete stati tra i primi a togliere l'olio di palma, tanto discusso. Questione di marketing?
«Di coerenza. Diversi anni fa, non potendo produrre il nostro olio di palma e certificarne la qualità, avevamo iniziato a studiare, in tempi non sospetti, come sostituirlo nelle ricette senza alterare il gusto dei prodotti».

Altri diktat?
«La trasparenza. I nostri ultimi stabilimenti sono progettati sempre più per accogliere i visitatori».

Sono virali i video in cui Bebe Vio, testimonial del marchio, intervista i vostri agricoltori. Alcuni stanno nei campi con il tablet: è reale?
«Sì, certo. Con la tecnologia si coltivano prodotti sempre più sani. Bebe ci aiuta a spiegarlo alla gente. Grazie a lei combattiamo la disinformazione che c'è in rete».

Anche Barilla è vittima di fake news?
«Come no? Tra le peggiori c'è quella che usiamo uova liofilizzate. Ogni anno usiamo circa 24.000 tonnellate di uova e di queste l'80% sono di galline allevate a terra. Alla fine, parlano i fatti».

Nel 2006 avete vinto il premio del *Reputation Institute* di New York per l'azienda con la miglior reputazione al mondo. Suona bene, ma che cosa vuole dire?
«Che per esempio siamo stati i primi a permettere il telelavoro ai dipendenti. Per ogni neo genitore in azienda c'è l'asilo pagato. Crediamo che una buona impresa debba sostenere la comunità. Il nostro slogan non a caso oggi è "buono per te, buono per il pianeta"».

UN DOLCE PROGETTO

Se il vostro obiettivo è l'applauso, considerate che panna e caffè sono una grande accoppiata. Anna la rende vincente con una nota di cacao e una consistenza morbidissima

Testi **LAURA FORTI**, Foto **RICCARDO LETTIERI**, Styling **BEATRICE PRADA**

Alzata **ASA Selection**, piattini rosa **Hay Design**, tovaglia **Zara Home**.

Anna Bicego è di Milano, ha un cognome (e un nonno) veneto e un po' di sangue piemontese: riunisce in sé le tradizioni gastronomiche del Nord Italia e ha voluto portarcene un esempio che le è particolarmente caro. È una ricetta di Gigi Slittaccia, cuoco di una pizzeria di Ponte di Legno: «Ci andavamo spesso, Gigi amava inventare dolci e farli assaggiare ai clienti più affezionati. Oggi non c'è più, mi fa piacere ricordarlo». Titolare di uno studio di architettura nel centro storico di Milano, con l'amica e collega Maria Clara Bossi, Anna cucina da sempre per la sua famiglia, il marito e i due figli. «Col tempo, però, far da mangiare è diventato un divertimento: con un lavoro impegnativo come il mio, è un bel modo per distrarre la mente», racconta, «tanto che anche i miei figli si sono appassionati e oggi cucinano a loro volta. Del resto, quando ci si diverte è facile conquistare i bambini. E poi noto analogie con il mio lavoro... in fondo, anche ai fornelli si fanno progetti: ci sono obiettivi (una cena in famiglia, un pranzo in cui fare bella figura, un semplice spuntino), strategie di realizzazioni e budget da rispettare». E attenzione, ad Anna non piacciono le vittorie facili: nel suo lavoro, come in cucina, la sfida è più affascinante se riesce a ottenere un buon risultato anche senza... maniglie d'oro o caviale. «Per un piatto di alto livello può bastare una cipolla».

Bavarese al caffè

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 14 ore di riposo

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

BASE
- 100 g zucchero
- 30 g cacao amaro
- 3 uova
- burro
- amido di mais

BAVARESE
- 320 g panna fresca – 300 g latte
- 100 g zucchero
- 15 g gelatina in fogli
- 4 tuorli
- 2 cucchiaini di caffè solubile

BASE

1. Separate i tuorli dagli albumi. Versate nei tuorli 60 g di zucchero e montateli finché non saranno spumosi. Montate a neve gli albumi con lo zucchero rimasto. Aggiungete il cacao nei tuorli, mescolando delicatamente, quindi incorporatevi gli albumi.

2. Imburrate uno stampo a cerniera (ø 22 cm, h 6 cm) e «infarinatelo» con l'amido di mais. Versatevi il composto al cacao in uno strato uniforme e infornate a 180 °C per 15 minuti nel forno statico. Sfornate e lasciate raffreddare.

BAVARESE

Mettete a bagno in acqua fredda i fogli di gelatina. Mescolate i tuorli con lo zucchero.

3. Scaldate il latte con il caffè, senza farlo bollire. Quando il caffè si sarà sciolto, versate il latte a filo nei tuorli e cuocete il composto finché non comincia a fremere. Alla prima bolla, spegnete, aggiungete la gelatina strizzata, fatela sciogliere, quindi raffreddate il composto versandolo in una ciotola, che lascerete immersa in acqua fredda finché non vedete che la gelatina comincia a «tirare».

4. Montate la panna in una crema e incorporatela delicatamente al composto. Versatelo nello stampo, sopra la base al cacao e mettete a riposare in freezer per 2 ore circa.

Trasferite il dolce in frigorifero per 12 ore. Servite, decorando a piacere con chicchi di caffè e meringhette.

PICCOLI SPORTIVI CRESCONO

CORRERE IN BICICLETTA, NUOTARE, GIOCARE A PALLONE: LO SPORT FA CRESCERE FORTI E SANI E INSEGNA A STARE BENE CON GLI AMICI E LA NATURA. GRAZIE ANCHE ALLA MERENDA GIUSTA!

UNO SPUNTINO DA CAMPIONI

Passione, fatica, spirito di squadra: quante energie richiede ma quanta soddisfazione regala lo sport! Scegliete quello che preferite, l'unica cosa che conta è divertirsi. Non dimenticate che anche l'alimentazione è importante: imparare sin da piccoli a mangiare in modo equilibrato aiuterà i bambini a dare il meglio anche nel tempo libero.

Ottimi gli ingredienti leggeri ed energetici, come yogurt, frutta fresca o secca, biscotti e pane integrali. Ma anche verdure croccanti, snack ai cereali o un dolce semplice e casalingo possono diventare un'ottima merenda alternativa. L'importante è assumere la giusta dose di vitamine, carboidrati e sali minerali. Ecco una ricetta veloce e golosa, magari da condividere con i compagni di allenamento e di avventure. Ricordate inoltre che **la disidratazione è il principale nemico** di una buona attività sportiva, per questo bere acqua o succhi non zuccherati durante e dopo qualsiasi esercizio fisico è fondamentale.

MOUSSE DI YOGURT CON FRAGOLINE

Mescolate 200 g di yogurt greco, 120 g di ricotta e 20 g di zucchero a velo ottenendo una mousse.
Condite 140 g di fragoline con il succo di mezzo limone, mezzo cucchiaio di zucchero a velo e qualche fogliolina di menta spezzettata.
Lasciate insaporire per 15 minuti (l'ideale sarebbe lasciarle macerare per almeno 2 ore in frigorifero).
Servite le fragoline con la mousse, completando con foglioline di menta e biscotti o cialde a piacere, meglio se integrali.

Il pieno di bontà

Fare merenda dopo l'allenamento non è mai stato così divertente e gustoso: provate Müller Mix Disney Princess e Müller Mix Cars 3, deliziosi cereali da mixare in un cremoso e squisito yogurt parzialmente scremato oppure portate con voi i super pratici Crockki di Zaini, una crema alle nocciole e cacao con cereali croccanti per uno snack in compagnia dei personaggi Disney più amati.

Cucina Disney

Cucina Disney si affianca ai prodotti di marca per aiutare le famiglie a portare in tavola alimenti gustosi ed equilibrati, facendo divertire i bambini con i loro personaggi preferiti.

POLLO GRILLETTATO

Non si tratta di mettere i grilli in padella (anche se le ultime tendenze vanno in questa direzione). Il nome allude al rumorino leggero del grasso che sfrigola durante la cottura

La carne, nella cucina laziale, ha un ruolo importante: abbacchio, trippa, coda, cotiche... Ma anche il pollo vanta una certa gloria, in una tradizione che risale ai tempi degli antichi Romani. Furono i primi ad accorgersi che oltre a essere preziose per le uova, galline ben nutrite potevano anche dare carni tenere e sostanziose. Da allora la fortuna del pollame crebbe nei secoli, diventando cibo da venditori ambulanti, ingrediente da mercato (a Roma c'è ancora oggi una piazza Pollarola), piatto di festa e poi, tristemente, merce da mercato nero. Trilussa, addirittura, dedicò al pollo un famoso sonetto, *La statistica*, mentre sono di Alfredo Bargagli i versi che mettono in rima la ricetta di questo pollo grillettato, o alla romana, che «ve sembrerà più bono de sapore se lo magnate in due: côre a côre».

La ricetta

Cuoco Sergio Barzetti
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1,8 kg **1 pollo eviscerato**
- 70 g **1 fetta di prosciutto crudo**
- 4 **pomodori ramati**
- 2 **spicchi di aglio**
- **rosmarino**
- **alloro**
- **maggiorana**
- **prezzemolo**
- **estratto di carne**
- **vino bianco secco**
- **strutto o olio extravergine**
- **sale – pepe**

Strinate il pollo sulla fiamma, lavatelo, sezionatelo in 8 pezzi, salatelo e pepatelo. **Tagliate** a dadini il prosciutto e rosolatelo in una casseruola con un cucchiaio di strutto o di olio, per 2-3 minuti. Poi unite il pollo e insaporitelo girandolo per 10-12 minuti, quindi sfumate con mezzo bicchiere di vino e profumate con 2 foglie di alloro, un rametto di rosmarino e un trito di prezzemolo e maggiorana. Dopo altri 15 minuti, aggiungete un cucchiaino di estratto di carne sciolto in un bicchiere di acqua e 2 spicchi di aglio schiacciati. Coprite e cuocete a fuoco basso per 5-6 minuti. **Sbollentate** i pomodori, sbucciateli, toglietene i semi, spezzettateli, aggiungeteli al pollo e terminate la cottura in 20 minuti. Servite, a piacere, con pane tostato condito con olio di oliva.

TESTI LAURA FORTI, FOTO RICCARDO LETTIERI, STYLING BEATRICE PRADA

I FORMAGGI SON DESIDERI

Caciotte ai petali di rosa e uno yogurt superlativo. Nell'azienda agricola Zoff il segreto è sognare, con i piedi per terra. Mica una qualsiasi però...

Testi SARA TIENI
Foto MONICA VINELLA

Il concetto di «naturale» alla fattoria Zoff si respira, si assaggia. Si calpesta. Appena scesa dalla macchina, infatti, attraverso un prato che, mi spiegheranno, è foraggio per le «signorine», le vacche di razza pezzata rossa italiana da cui questa azienda agricola con piccolo **caseificio artigianale** ricava il latte per le sue eccellenti creazioni. Aria frizzantina, colori e profumi vividi, siamo a Borgnano, frazione di Cormòns, ai piedi del Colle di Medea, in provincia di Gorizia, a mezz'ora dal mare (Grado e Lignano) e a un'ora dalla montagna. Tutto intorno i rinomati vigneti del Collio.

Da sinistra, in senso orario, Giuseppe Zoff, titolare dell'azienda agricola, caciotte aromatizzate con fiori ed erbe; un momento della lavorazione; mucche di razza pezzata rossa italiana al pascolo.

Ad accoglierci, stivali infangati e sorriso dolce sotto i baffi ruvidi, è Giuseppe, terza di quattro generazioni di casari. La quarta è composta da sua figlia Laura e dal genero Fabio. Lei, ex traduttrice e interprete, ha convinto il marito, ex gommista di Formula 1 (uno che partecipava ai pit stop di Schumacher e Barrichello), a mollare tutto in nome della passione di famiglia. «I nostri prodotti sono completamente naturali perché, se il nostro corpo si nutre bene, sta bene», ci racconta Giuseppe, precursore del bio, da tempi non sospetti. «Certe cose non si possono accelerare», prosegue il casaro saggio, «le nostre mucche pascolano all'aperto la maggior parte dell'anno e così possono godersi l'aria e il sole e, perché no?, socializzare (*ride*, ndr). I miei sono animali felici». Giuseppe parla del suo formaggio latteria con lo stesso affetto con cui parla dei suoi nipoti: «È un nutrimento dello spirito».

Basta poi un assaggio della mozzarella o dello yogurt bianco naturale (tra i suoi estimatori la cuoca Antonia Klugmann) per rinnegare l'esistenza del colesterolo e dell'intolleranza. Il percorso gustativo caseario a chilometro zero continua con caciotte aromatizzate ai petali di rosa, calendula, fiori di sambuco e altre piccole delicatezze. Formaggi e yogurt, insieme a un'ottima carne sottovuoto, sono venduti on line (*borgdaocjs.it*) o nel minuscolo negozio separato dal caseificio soltanto da una tenda (chiedendo, si può sbirciare qualche fase di lavorazione). Infine, si possono degustare nel b&b dell'azienda, il Borg da Ocjs, che, guarda caso, è ricavato dalle antiche stalle e organizza anche gite naturalistiche alla scoperta delle piante e dei sentieri della zona.

BOUQUET DA MANGIARE

Di verdura, frutta, erbe aromatiche e fiori. Da comporre con varietà che si trovano in ogni mercato. E dopo la cerimonia, invece di lanciarli, meglio portarli in cucina

A cura di ANGELA ODONE, Foto MASSIMO BIANCHI, Styling BEATRICE PRADA

Dedicato alla sognatrice

INGREDIENTI

3-4 mazzetti di finocchietto
2-3 mazzetti di borragine
2 fiori di magnolia (*Magnolia × soulangeana*)
1 rapa bianca
1 fiore di magnolia (*Magnolia stellata*)
1 mazzetto di fiori di borsa del pastore (*Capsella bursa-pastoris*)

Componete il mazzo tenendo al centro tutti i fiori e la rapa e mettendo intorno il finocchietto e la borragine. In questo modo risalterà il movimento morbido, a cascata, del finocchietto.
Legate tutto con uno spago, poi copritelo con un nastro di raso bianco lucido.

Spirito campagnolo

INGREDIENTI

10 fragole
3-5 piccoli peperoni arancioni
3 carote
1 piccolo pomodoro costoluto
1 mazzetto di ravanelli
1 mazzetto di prezzemolo
1 mazzetto di garofanini dei poeti
foglie di lattuga di piccola dimensione
foglie di catalogna di piccola dimensione
foglie di cavolo riccio rosso
foglie di cavolo riccio variegato

Tagliate a metà i ravanelli. Infilzate le fragole, i peperoni, il pomodoro e i mezzi ravanelli in stecchi di legno, tipo quelli da spiedino. Componete il mazzo mescolando secondo il vostro estro tutti gli ingredienti. Legate il mazzo molto bene con uno spago, poi copritelo con pizzo bianco.

Romantica?

INGREDIENTI

10-15 fagioli mangiatutto o piattoni
5-7 cavolini di Bruxelles viola e verdi
4-5 carote mini
3-5 rametti di nontiscordardimé (*Myosotis*)
2 rami di bocca di leone (*Antirrhinum majus*)
1 mazzo di barba di frate
1 mazzo di finocchietto
1 mazzo di foglie di cavolo riccio rosso
1 zucca amara (*Momordica charantia*)
1 rosa (*Rosa L.*)

Aprite leggermente le foglie dei cavolini di Bruxelles, a mo' di corolla, e infilzateli in stecchi di legno da spiedino. Componete il mazzo tenendo gli ingredienti leggermente raggruppati per tipo, cioè da una parte i piattoni, dall'altra la barba di frate e così via. Aggiungete qua e là dei punti di colore con il nontiscordardimé. Legate tutto molto bene con uno spago, copritelo con un nastro di raso bianco, fermatelo con uno spillo e completate con un fiocco di nastro celeste.

Bicchieri e calici **LSA International**, posate **Mepra**.

Un tipo rock'n'roll

INGREDIENTI

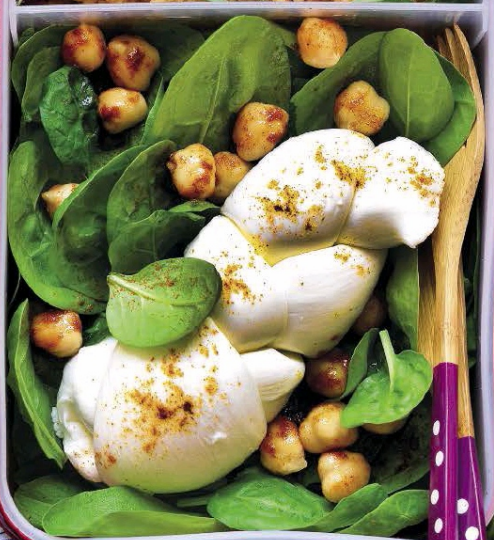
4-5 gambi di rabarbaro
3-4 piccoli cespi di bietole gialle
2-3 rami di melo fiorito (oppure di pero o di susino)
2-3 rami di pisello odoroso (*Lathyrus odoratus L.*)
2 rose (*Rosa L.*)
1 mazzetto di asparagi selvatici
1 piccolo radicchio rosso
1 garofano verde (*Dianthus barbatus Green Trick*)

Infilzate il radicchio in uno stecco di legno da spiedino. Componete il mazzo mescolando gli ingredienti, tenendo come centro i gambi di rabarbaro. A piacere legate un piccolo cespo di bietola gialla su un gambo di rabarbaro. Legate strettamente il mazzo con uno spago, poi copritelo con un nastro di gros grain rosa pallido.

Lunch box **Sigg** e borsa termica **PackIt** distribuite in Italia da **Künzi**. Bottiglia termica **Moronigomma**. Erba naturale in rotoli **Pratosubito**.

PARCO O SCRIVANIA?

Pratiche e invitanti: ecco due alternative ideali per la vostra «schiscetta». Da preparare a casa con ingredienti stagionali, freschi e bilanciati. Per mangiare in ufficio o all'aperto

Ricette JOËLLE NÉDERLANTS, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

Bulgur al pesto di pomodorini e treccia di mozzarella

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 1 PERSONA

- **150 g** **1 treccia di mozzarella fiordilatte**
- **50 g** **bulgur**
- **35 g** **ceci lessati**
- **35 g** **misticanza (cicorino e spinaci novelli)**
- **20 g** **pomodorini secchi sott'olio**
- **paprica dolce**
- **capperi dissalati**
- **olio extravergine di oliva**

Mettete a bagno il bulgur per 15 minuti, quindi scolatelo e cuocetelo in acqua bollente per 4-5 minuti. Scolate e fate raffreddare.
Frullate in crema i pomodorini secchi e mescolateli al bulgur. Completate il condimento con un cucchiaino di capperi dissalati, interi o grossolanamente tritati.
Condite i ceci con poco olio e un pizzico di paprica e mescolateli alla misticanza.
Completate con la mozzarella.

Insalata tiepida di patate, salmone e salsa allo yogurt

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 1 PERSONA

- **150 g** **patate novelle**
- **150 g** **piattoni puliti**
- **150 g** **filetto di salmone affumicato**
- **50 g** **yogurt greco**
- **20 g** **piselli sgranati**
- **1** **lime non trattato**
- **pepe in grani in salamoia**
- **latte**
- **erba cipollina**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Cuocete al vapore le patate, con la buccia, per 20 minuti, unendo, 5 minuti prima della fine della cottura, i piselli e i piattoni. Salate a piacere, condite con un cucchiaio di olio e fate intiepidire.
Tagliate il salmone a cubetti e conditelo con 2-3 grani di pepe finemente tritati e la scorza grattugiata del lime.
Preparate una salsa mescolando lo yogurt greco con un cucchiaio di latte e il succo di mezzo lime. Completate con un ciuffo di erba cipollina tagliuzzato.
Aggiungete la salsa alle verdure solo all'ultimo momento.

La DAMA di CASERTA

«Mi piace cambiare»: così Rosanna Marziale, cuoca a Le Colonne, sintetizza il suo spirito creativo. Lo stesso che l'ha portata finalmente in cucina dopo avere sperimentato tutte le altre professioni che ruotano intorno a un ristorante

Testi LAURA FORTI, Foto RICCARDO LETTIERI

Rosanna Marziale nella sala principale del ristorante, accanto alle colonne da cui prende il nome. In alto a destra, CarMela, la nuova evoluzione della sua pizza al contrario: mozzarella fiammeggiata, «cornicione» ripieno di crostini di pane, farcitura di ricotta e rosa di mela Annurca.

A Caserta ci sono due regge: una è la residenza reale più grande del mondo, con i suoi sontuosi giardini; l'altra, poco lontano, è un palazzo della gastronomia, storicamente conosciuto come il ristorante più grande della città, Le Colonne, con saloni distribuiti su tre piani, un tempo tutti operativi. Oggi occupa il piano terra, 800 metri quadrati, grande cucina, laboratorio di pasticceria e quattro sale da pranzo «modulari», comunicanti o separabili. A gestirlo è Rosanna Marziale, dama dei giorni nostri. Proprio come un'arte marziale, anche Rosanna è un'elegante sintesi di armonia e rigore, di dolcezza e di forza: sa quello che vuole e porta avanti le sue idee senza lasciarsi condizionare da schemi imposti. In che senso? Siamo andati a trovarla e glielo abbiamo chiesto.

Che cosa la guida in cucina?

La Campania, senza dubbio. I miei piatti hanno quasi sempre l'intento di celebrare la tradizione campana e casertana e i grandi prodotti che il nostro territorio ci offre, mozzarella in primis. Certo, abbiamo un menu gourmet, in onore della stella Michelin che, nel novembre 2012, ha riconosciuto il nostro lavoro. Ci ha riempito di gioia e di gratificazione, ma non ha spostato il mio focus. Non ci siamo adeguati agli schemi classici che un po' «costringono» i menu dei ristoranti stellati e continuiamo a proporre piatti che prima di tutto ci piacciono, che esprimono la nostra anima.

Ci parla di questa anima?

Il nostro è un ristorante di famiglia. Mio padre ha costruito tutto partendo da un carretto di gelati, fuori della reggia. Da uno sono diventati due, poi tre. Dopo ha aperto un bar pasticceria, infine il ristorante. Io, come mio fratello e le mie sorelle, ci siamo cresciuti. Quando avevo sedici anni papà è mancato e noi, ancora giovanissimi, ci siamo rimboccati le maniche per portare avanti quello che lui ci aveva lasciato, cercando di migliorarlo sempre. Mio fratello oggi gestisce l'altro nostro locale, a Caiazzo; una delle mie sorelle è in amministrazione, io sono in cucina e la mamma... supervisiona ancora tutto. C'è molto orgoglio, dedizione, affetto. È il nostro mondo.

Uno dei suoi piatti più noti è la pizza al contrario: che cos'è?

Proprio come dice il nome, è un «ribaltamento» della pizza classica: mozzarella fuori, pane dentro. Un piatto che parla molto di me: io sono creativa, un po' irrequieta, anticonformista. Mi annoio a fare sempre le stesse cose. Infatti prima di entrare in cucina, ho sperimentato altre strade: sommelier, maître, pasticciera, persino la parcheggiatrice, da ragazzina. E anche in cucina mi piace cambiare.

Come concilia queste sue caratteristiche con l'attenzione per la tradizione?

Inventando. In cucina bisogna creare idee, non limitarsi ad accostare gli ingredienti. Così si valorizzano davvero i prodotti e gli insegnamenti della tradizione. La pizza al contrario oggi è diventata CarMela, perché al centro c'è una rosa di mela Annurca, anch'essa tipica del nostro territorio. Un piatto che piace perché ha un sapore campano, ma è nuovo, è qualcosa che prima non esisteva.

Sopra, cozze aperte al vapore ripiene del loro liquido, mescolato con il latte di mozzarella, mozzarella fiammeggiata, erbe e limone. A sinistra, la cuoca nella sua cucina. Sotto, sfera colorata, crema di latte glassata allo sciroppo.

Questo «pomodorino» (nella foto a sinistra) è un'altra delle sue invenzioni?

È un dolce, una crema di latte di bufala su salsa ai frutti rossi.

Ha un guscio di caramello?

No, è una glassa di sciroppo colorato. È tutto morbido. Non sposo la scuola dei contrasti. Non a ogni costo, almeno. Noi abbiamo a che fare con prodotti a base di latte: c'è un che di materno, di dolce che poco ha a che fare con i contrasti. E poi, basta con questi schemi, a volte sono davvero forzati.

Anche con la sua brigata è così dolce?

Un po' meno. Oggi c'è troppa... confidenza. Non dico che si debba gridare o comportarsi da despota, seguendo certi modelli di vecchia scuola. Ma trovo che la disciplina sia ancora molto importante in un lavoro come il nostro. In cucina esiste una gerarchia che va rispettata. Riguardo e compostezza non escludono l'armonia, anzi favoriscono risultati migliori. Anche nei piatti.

È FOOD MANIA!

DAI TEMPLI GOURMET AL CIBO DI STRADA: DAL 24 MAGGIO AL 3 GIUGNO ZURIGO APRE LE PORTE DELLA CITTÀ A UN CALEIDOSCOPICO FESTIVAL GASTRONOMICO, IL **FOOD ZURICH**. IMPOSSIBILE MANCARE

Assaggiare, assaporare, cucinare, non sempre e non necessariamente in quest'ordine. Il place-to-be è Zurigo, l'appuntamento irrinunciabile è la terza edizione di **FOOD ZURICH**. Già perché Zurigo è una continua scoperta: vita urbana creativa combinata con paesaggi naturali di incredibile bellezza. Dalle rive del lago ai parchi e ai boschi che la circondano, passando per il suo pittoresco centro storico e le architetture futuristiche dei quartieri moderni. Non solo. Luogo cult per cultura (qui ci sono più di 50 musei e oltre 100 gallerie) e divertimento, è anche terra di cucine blasonate con un'incredibile varietà di proposte culinarie (lo sapevate che qui è nato il primo ristorante al buio, il Blindekuh?) e dal **dal 24 maggio al 3 giugno** si colora di un festival che riassume e amplifica tutte le offerte food della città. Un'unica «piattaforma» studiata da Zurigo Turismo e dai suoi partner per elevare i sapori della città all'ennesima potenza, dallo Zürich Geschnetzeltes, il tipico spezzatino locale accompagnato dai tortini di patate grattugiate – il rösti – fino ai Tirrgel, i biscotti di miele, farina e spezie che sembrano minuziose opere d'arte, per poi sconfinare in piatti sorprendenti nati da contaminazioni fra la cucina svizzera tradizionale e quelle internazionali. Per chi cerca un'esperienza più «easy» ci sono le stupefacenti proposte di **Street Food Festival** con un intero distretto dedicato, e di Chuchi, un «luogo/esperienza» dove si cucina, si mixa e si degusta in quattro isole e un bar, entrambi nell'area dell'ex stadio Hardturm a Zürich-West. Da mettere assolutamente «in menu» il piatto della condivisione, simbolo della manifestazione, da assaggiare in tantissimi ristoranti e taverne all'insegna del motto «Condivisione - Mangiare è ciò che ci unisce». In undici giorni **FOOD ZURICH** si moltiplica in più di 140 appuntamenti fra eventi, workshop e degustazioni dedicati ai food lovers, ai cuochi amatoriali e ai buongustai. Il festival prende il via il 24 maggio nel **Food Market di Jelmoli**, gli storici grandi magazzini nella Bahnhofstrasse, con un parterre di chef stellati direttamente dalle cucine dei «Five Stars Hotels» della città in combinazione con giovani chef e produttori locali e si chiude con una festa travolgente la sera del 2 giugno, nei padiglioni dello Zürcher Engrosmarkt, il famoso mercato all'ingrosso della città, dove cuochi, ristoranti, street food truck e manifatture si daranno appuntamento per concludere insieme il festival con food e musica con DJ fino all'alba. Nel mezzo? Tantissime cose da fare. Negli spazi di StageOne di Zurigo-Oerlikon, il 27 e il 28 maggio, lo show-event Chef Alps è l'occasione incredibile per vedere all'opera 'live on stage' chef di fama internazionale, fra cui **Massimo Bottura** - tre stelle Michelin -, **Nicolai Nørregaard**, uno dei massimi esponenti del movimento della Cucina Nordica, o **Titti Qvarnström**, primo chef donna a conquistare una stella Michelin in Scandinavia. E poi, un programma di camminate nel bosco vicino la città per ritrovare il piacere della scoperta, cercando qualcosa di «edibile» nel verde, corsi di cucina per bambini, giardinaggio urbano, proiezioni cinematografiche e il Food Tour, la visita guidata che viene proposta in ogni momento dell'anno ma resa più speciale in questi giorni: una passeggiata a piedi fra i luoghi di «culto» del cibo e del bere locale del quartiere Zürich West, con (doverose) tappe degustazione dove si mangia e si beve, accompagnati da curiosi racconti sulla «rivoluzione gastronomica zurighese». Imperdibile!

zuerich.com/foodzurich

Nel mese delle fragole, dei fiori (e delle spose) ricette tutte nuove: piatti semplici, piccole ricercatezze, sapori delicati, un goloso fritto e due torte spettacolari

maggio

Testi
LAURA FORTI
ANGELA ODONE
SARA TIENI
VALENTINA VERCELLI

Fotografie
RICCARDO LETTIERI

Styling
BEATRICE PRADA

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra nuova tabella **a p. 135**

Piatto rosso **La Spasa**, vassoio bianco e segnaposti colorati **MV% Ceramics Design**, bicchieri viola e blu **LSA International**.

antipasti

Se trovate solo capesante grandi, calcolate che per ogni porzione ne basteranno due o tre.

Capesante, avocado e friggitelli

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 20 capesante piccoline
- 4 peperoni friggitelli
- 4 ravanelli
- 2 avocado
- 1 cespo di indivia belga
- limone
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

Staccate le capesante dal guscio e tamponatele delicatamente. Il corallo (la parte arancione) ha un sapore molto intenso e una consistenza cedevole, che non piace a tutti: se è il caso, eliminatelo. Sbucciate gli avocado, tagliatene uno a pezzi e frullatelo con 2 cucchiai di succo di limone, 2 cucchiai di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. **Ricavate** dalla polpa dell'altro avocado dei dadini o delle palline (usate uno scavino). Mettetele a marinare nel succo di mezzo limone, mentre preparate il resto. **Dividete** i friggitelli a metà per il lungo, eliminate i semi e scottateli a fuoco vivo in una padella con un filo di olio per 2 minuti. Togliete i friggitelli e scottate nella stessa padella le capesante, per 20 secondi per parte. **Mondate** i ravanelli e tagliateli a fettine sottili. Sfogliate il cespo di indivia e tagliate a metà le foglie più grandi. **Distribuite** l'indivia nei piatti, posatevi sopra i friggitelli e le capesante, completate con l'avocado, i ravanelli e un paio di cucchiai di avocado frullato.

Mini burger di ceci con pane agli spinaci

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 40 minuti più 3 ore di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- 400 g ceci lessati
- 250 g farina
- 125 g spinaci – 100 g cipolla
- 100 g maionese – 50 g latte
- 50 g burro – 25 g zucchero
- 10 g lievito di birra fresco
- 2 uova
- semi di cumino
- aglio – prezzemolo
- limone bio – sedano
- brodo vegetale
- sale – pepe

Mondate gli spinaci e scottateli in acqua bollente salata per 15 secondi, poi tuffateli in acqua e ghiaccio; asciugateli e tritateli. **Stemperate** il lievito nel latte. Sciogliete lo zucchero e 1 cucchiaino di sale in un uovo. Ammorbidite il burro, lavorandolo con le mani. **Impastate** la farina con gli spinaci e il latte in cui avete sciolto il lievito; dopo un paio di minuti incorporate l'uovo in cui avete sciolto il sale e lo zucchero; impastate ancora, quindi unite anche il burro e lavorate l'impasto vigorosamente, finché non otterrete un composto omogeneo. Ponetelo in una ciotola, copritelo e mettetelo a lievitare in frigo per 2 ore. **Asciugate** bene i ceci con carta da cucina e frullateli con la cipolla tagliata a pezzetti, mezzo spicchio di aglio sbucciato, 2 cucchiaini di semi di cumino, una presa di sale, una macinata di pepe e 2 mestoli di brodo. **Tritate** 2 mazzetti di prezzemolo, in modo da ottenere 6-7 cucchiai di trito e mescolatelo ai ceci frullati. **Formate** dei mini burger da circa 20 g ciascuno con i ceci frullati: dovrete ottenerne una ventina. Infornateli a 200 °C per 10-12 minuti. **Infarinate** il piano di lavoro e dividete l'impasto agli spinaci in palline di circa 25 g: dovrete ottenerne una ventina. Fatele lievitare ancora per 1 ora. **Spennellate** la superficie delle palline con un uovo sbattuto, quindi cuocetele in forno a 200 °C per 20-25 minuti, ottenendo dei paninetti. **Unite** alla maionese la scorza grattugiata di mezzo limone. **Tagliate** i paninetti a metà, spalmateli con un cucchiaino di maionese aromatizzata al limone, aggiungete in ognuno un mini burger e qualche foglia di sedano e richiudeteli.

Piatto bianco delle capesante, bicchierino e cucchiaini delle tarte tatin **MV% Ceramics Design**, piatto arancione **La Spasa**, bicchieri **Jannelli & Volpi**, tovagliolo giallo **Centrotavola Milano**.

Tarte tatin di cipollotti

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g cipollotti
150 g farina
100 g panna acida (crème fraîche)
85 g burro
50 g vino bianco secco
50 g zucchero
erba cipollina – limone
olio extravergine di oliva
alloro – sale

Impastate la farina con 70 g di burro, fino a ottenere un insieme di briciole. Aggiungete 40 g di acqua con un pizzico di sale e impastate ottenendo un panetto. Lasciatelo riposare coperto in frigorifero per circa 30 minuti.
Pulite i cipollotti: eliminate la parte verde tagliandola 4-5 cm sopra il bulbo (potrete utilizzarla, tagliata finemente e brasata, per preparare frittate oppure per vellutate e brodi). Eliminate le radici senza tagliare il fondo, in modo che i bulbi rimangano interi.
Mettete i cipollotti in una casseruola con 2 cucchiai di olio e fateli insaporire; sfumate con il vino e coprite con un coperchio, lasciando uno spiraglio. Cuoceteli per circa 20 minuti, aggiungendo anche 2 foglie di alloro. Alla fine tagliateli a metà per il lungo.
Stendete la pasta a circa 2 mm di spessore e ritagliatevi 4 dischi di 10 cm di diametro; appoggiateli su una placchetta e metteteli in frigorifero.
Scaldate in un pentolino lo zucchero con 10 g di acqua. Quando comincia a imbiondire, aggiungete 15 g di burro e fatelo sciogliere, ottenendo un caramello al burro. Versatelo in 4 stampi da tartelletta (ø 9 cm) leggermente svasati, poi disponetevi i cipollotti, cercando di creare uno strato uniforme.
Coprite i cipollotti con il disco di pasta e infornate a 200 °C per 25 minuti circa.
Sfornate le tartellette e ribaltatele delicatamente.
Mescolate la panna acida con un cucchiaino di succo di limone, sale e una cucchiaiata di erba cipollina tagliata finemente. Servitela insieme alle tarte tatin.

FATE COSÌ Dopo aver distribuito il caramello negli stampi, disponetevi i cipollotti, posizionandoli testa-coda e serrandoli per creare una superficie più

uniforme possibile. Copriteli poi con un disco di pasta senza rimboccarlo: le tarte tatin saranno più facili da sformare e il bordo risulterà più regolare e ordinato.

Tostate il riso senza grassi e aggiungeteli solo alla fine, crudi, per mantecare: il sapore sarà più leggero e pulito.

Risotto alla mela verde

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

360 g riso Carnaroli
200 g burrata
1 scalogno
1 mela Granny Smith bio
limone – zucchero
vino bianco secco
menta in foglie
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale – pepe nero

Sbucciate la mela, conservando le bucce, e dividetela in 6 spicchi. Cuocetela in una pentola con acqua acidulata con il succo di mezzo limone per 15-20 minuti, quindi scolatela bene e frullatela.
Tagliate le bucce di mela a listerelle molto sottili.
Portate a bollore 2 cucchiai di acqua con 2 cucchiai di zucchero; spegnete, fate intiepidire, tuffatevi le bucce di mela, mescolate bene e lasciate riposare.
Mondate e tritate lo scalogno. Soffriggetelo in una padella con un filo di olio, poi aggiungete un cucchiaio di brodo e stufatelo per 2 minuti mescolando.
Tostate il riso in una pentola senza grassi per circa 3 minuti, quindi bagnatelo con mezzo bicchiere di vino molto freddo; quando il vino sarà evaporato coprite il riso a filo con il brodo bollente, aggiungete lo scalogno e un cucchiaio di olio e proseguite la cottura per 15 minuti, bagnando di tanto in tanto con un mestolo di brodo. Quando il riso è cotto e ben asciutto, unite la mela frullata e mescolate con vigore per mantecarlo. Regolate di sale e condite con un filo di olio crudo.
Distribuite il risotto nei piatti, guarnitelo con qualche cucchiaino di burrata, le bucce di mela sciroppate, qualche fogliolina di menta e una generosa macinata di pepe nero.

Mezze maniche, crema di piselli, pomodorini e limone

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Medio
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 600 g **piselli sgranati**
- 320 g **pasta mezze maniche**
- 300 g **pomodorini ciliegia**
- **zucchero**
- **origano fresco – sale**
- **maggiorana – limone bio**
- **olio extravergine di oliva**

Incidete il fondo dei pomodorini, tuffateli in acqua bollente per 1 minuto, scolateli e sbucciateli. Appoggiateli su una placchetta, conditeli con olio, zucchero, sale, origano e maggiorana e infornate a 150 °C per 30-35 minuti. Per abbreviare i tempi di circa 15 minuti, cuoceteli con la buccia in padella per qualche minuto: a differenza di quanto avviene nel forno, tenderanno a disfarsi e acquisteranno un sapore più deciso.
Lessate i piselli in acqua salata per 5 minuti. Scolateli. Mettetene da parte 200 g e frullate gli altri con un pizzico di sale, 2 cucchiai di olio e mezzo bicchiere di acqua.
Lessate la pasta e scolatela al dente.
Conditela con un filo di olio crudo e la scorza grattugiata di un limone, poi servitela sulla crema di piselli. Completate con i pomodorini tagliati a metà, i piselli messi da parte, origano e maggiorana.

La cottura in forno a bassa temperatura concentra gli aromi dei pomodorini e ne esalta la dolcezza lasciandoli integri e succosi.

Piatti bianchi **Alessi**, piatto piano del minestrone **Centrotavola Milano**.

Qui la bontà sta tutta nella croccantezza delle verdure: per questo vanno aggiunte nel brodo in tempi diversi e cotte per pochi minuti.

Minestrone di primavera

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- 350 g **zucchine**
- 350 g **patate novelle**
- 250 g **pomodorini rossi**
- 150 g **fagiolini**
- 150 g **carote gialle**
- 100 g **taccole**
- 100 g **sedano**
- 100 g **carote arancioni**
- **maggiorana – timo**
- **menta – brodo vegetale – sale**

Scottate i pomodorini in acqua bollente salata per 1 minuto, quindi eliminate la buccia e tagliateli a metà.
Mondate tutte le verdure e tagliatele a pezzi.
Cuocete nel brodo vegetale le patate per 3 minuti, quindi aggiungete le carote; dopo 2 minuti unite il sedano e dopo altri 2 minuti i fagiolini, le taccole e le zucchine; cuocete tutto insieme per altri 10 minuti; completate infine con i pomodorini e cuocete ancora per 2 minuti.
Spegnete la fiamma e aggiungete foglioline di maggiorana, di timo e di menta in pari quantità.
Regolate di sale, condite con un filo di olio crudo e servite.

Per sveltire la preparazione, acquistate filetti di spigola già puliti e utilizzate un brodo di pesce pronto.

Ravioli alla spigola

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 45 minuti più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

600 g spigola
200 g farina
200 g patate
70 g cicoria pan di zucchero
50 g spinaci
40 mandorle con la pelle
5 tuorli
1 uovo
cipolla
carota – sedano
limone bio – timo
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale grosso – sale fino

PASTA
Lavorate la farina, i tuorli e l'uovo ottenendo un impasto omogeneo. Copritelo e ponetelo a riposare in frigo per 1 ora.
RIPIENO
Sbucciate le patate e cuocetele in acqua bollente salata. Pulite la spigola, ricavando 4 filetti e tenendo da parte le lische e le teste. Cuocete i filetti di spigola al vapore per 4-5 minuti, lasciateli raffreddare, spellateli e infine sminuzzateli. Schiacciate le patate con uno schiacciapatate e mescolatele con i filetti sminuzzati, qualche fogliolina di timo, un pizzico di sale ottenendo il ripieno.
BRODO DI PESCE
Lavate teste e lische per eliminare il sangue, poi tostatele in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale grosso. Aggiungete 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 piccola cipolla, tutto a pezzetti; sfumate con mezzo bicchiere di vino, fate evaporare, aggiungete 1 litro di acqua e cuocete per 40-50 minuti dal bollore; alla fine filtrate il brodo.
CONDIMENTO
Portate a bollore il brodo di pesce e scottatevi le foglie di pan di zucchero spezzettate per una decina di secondi, regolando di sale.
Tritate grossolanamente le mandorle, o dividetele a metà per il lungo come abbiamo fatto noi.
Mondate gli spinaci e cuoceteli in un forno a microonde per 4 minuti alla massima potenza, finché le foglie non diventeranno completamente secche; riducetele quindi in polvere, tritandole con un coltello.
RAVIOLI
Infarinate il piano di lavoro e tirate la pasta, finché non otterrete una sfoglia di 1 mm di spessore. Tagliate la sfoglia con una rotella tagliapasta, formando dei quadrati di 6 cm di lato.
Ponete al centro di ciascun quadrato un cucchiaino di ripieno, spennellate i bordi con un poco di acqua e ripiegateli sulla diagonale, schiacciando bene per fare uscire l'aria: dovrete ottenere 36 triangoli.
Cuoceteli in una pentola con abbondante acqua salata, per circa 1 minuto, finché non saranno venuti a galla. Scolateli con un mestolo forato direttamente in una zuppiera, dove li condirete con un po' di brodo di pesce.
Distribuite nei piatti i ravioli e la cicoria pan di zucchero scottata, guarnite con le mandorle tritate, la polvere di spinaci e un poco di scorza di limone grattugiata.

Piatto del baccalà **MV% Ceramics Design**, piatto fondo dei ravioli **Alessi**, piatto piano puntinato **La Spasa**, tovagliolo arancione **Centrotavola Milano**.

Baccalà e piselli

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g filetto di baccalà senza pelle
500 g piselli freschi
capperi – limone bio – menta
olio extravergine di oliva
sale

Sgranate i piselli, lessateli per 1-2 minuti in acqua bollente salata, scolateli (conservando un paio di mestolini di acqua di cottura), raffreddateli in acqua e ghiaccio, scolateli nuovamente e frullateli in crema con un filo di olio e qualche cucchiaio di acqua di cottura.
Dividete il filetto di baccalà in 4 tranci e rosolateli in una padella in un velo di olio ben caldo per 3-4 minuti, poi girateli, coprite, spegnete il fuoco e lasciate riposare per qualche minuto.
Servite i tranci di baccalà con la crema di piselli completando con 1 cucchiaio di capperi tritati grossolanamente, scorza di limone tagliata a filetti finissimi, foglioline di menta e piselli freschi a piacere.

Raffreddando i piselli in acqua e ghiaccio si arresta la cottura e il colore rimane di un bel verde brillante.

Salmerino, asparagi e bottarga

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

750 g asparagi viola o verdi
600 g filetti di salmerino puliti
bottarga di muggine
maggiorana
pomodorini essiccati sott'olio
capperi sotto aceto
olio extravergine di oliva
sale

Dividete i filetti di salmerino in tranci, insaporiteli con qualche fogliolina di maggiorana e cuoceteli a vapore per 5-6 minuti: la polpa dovrà essere bianca e sfaldarsi con facilità. Al termine della cottura eliminate la pelle.
Mondate gli asparagi e tagliateli a fettine sottili per il lungo.
Tagliate anche la bottarga a fettine sottili.
Disponete nei piatti i tranci di salmerino e gli asparagi, condite con un filo di olio e un pizzico di sale, completate con fettine di bottarga, pomodorini sott'olio e qualche cappero.
Da sapere Questa ricetta è adatta anche a pesci di mare con carni bianche, come la spigola e l'orata.

FATE COSÌ Pesce di acqua dolce del gruppo dei salmonidi, il salmerino si valorizza con cotture che rispettino la delicatezza particolare delle sue carni: vapore oppure cartoccio.

FATE COSÌ Per ricavare dei nastri sottili, posate gli asparagi (ma anche carote e zucchine) su un piano, teneteli fermi per la punta e affettateli con il pelapatate tirandolo verso la base.

Filetti di gallinella con pesto di fave

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

650 g filetti di gallinella senza pelle
60 g mandorle pelate
60 g fave sgranate e pelate
farina di ceci
olio extravergine di oliva
maggiorana
sale – pepe

Tritate grossolanamente le fave con le mandorle, sale e pepe, un ciuffo di maggiorana e, a piacere, un pezzetto di aglio. Mescolate il pesto con un filo di olio.
Verificate che i filetti di gallinella siano privi di lische (eventualmente eliminatele con una pinzetta) e passateli nella farina di ceci. Rosolateli in una padella velata di olio bollente per 2-3 minuti per lato.
Servite i filetti con il pesto di fave.
Da sapere Per pelare le fave fresche, una volta sgranate, tuffatele per un paio di minuti in acqua bollente, scolatele e strofinatele in un canovaccio: la pellicina si staccherà da sola con grande facilità.

Gazpacho di pomodori e fragole

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg pomodori ramati
350 g fragole
aceto
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Incidete la buccia dei pomodori con un taglio a croce, sul fondo. Tuffateli in acqua bollente per 1 minuto, raffreddateli, sbucciateli e tagliateli in quattro, privandoli dei semi.
Pulite le fragole e tagliatele a pezzetti.
Frullate a lungo pomodori e fragole insieme fino a ottenere una consistenza liscia. Unite poi 3 cucchiai di olio, 2 di aceto, sale e pepe.
Servite guarnendo a piacere: noi abbiamo utilizzato fettine di pomodori, fragole, foglie di sedano e peperoncino.

!

Se volete dare un effetto grigliato alle fragole lasciandole integre e sode, «bruciatele» con uno spiedo arroventato sulla fiamma.

Fiori di zucca ripieni di ricotta e spinaci

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora
Vegetariana

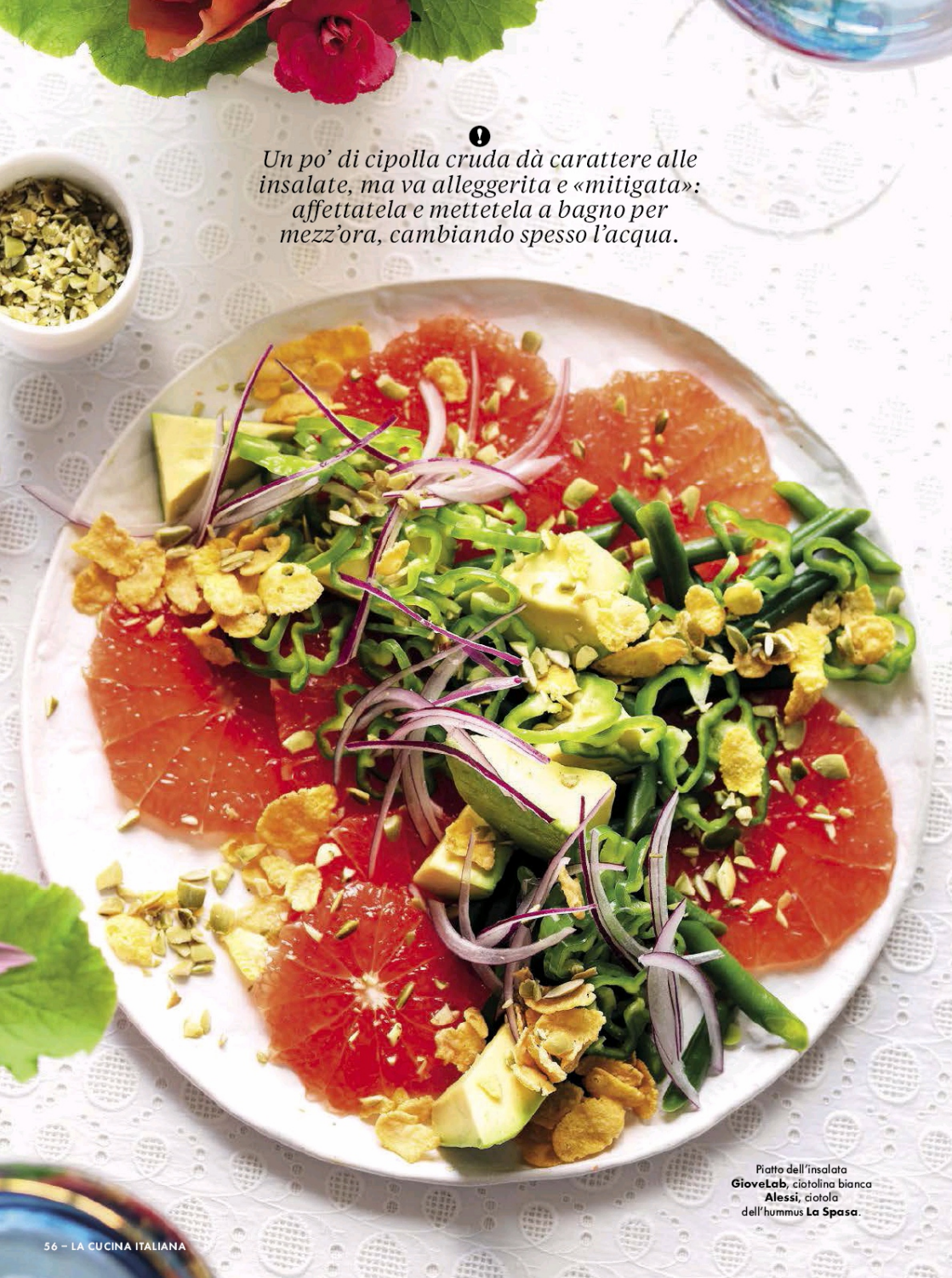
INGREDIENTI PER 10 PERSONE

- 1 kg spinaci puliti
- 500 g ricotta
- 300 g farina
- 90 g amido di mais
- 60 g aceto
- 60 g ribes
- 40 g zucchero
- 30 fiori di zucca
- aglio
- peperoncino
- olio extravergine di oliva
- olio di arachide
- sale

Cuocete gli spinaci in una padella con un filo di olio extravergine, uno spicchio di aglio schiacciato (che poi potrete togliere), un pezzetto di peperoncino e sale: saltateli, girandoli, per circa 5-6 minuti. Se non avete una padella abbastanza grande, cuoceteli in due volte. Scolateli e strizzateli.
Lavorate la ricotta in una ciotola, tritate gli spinaci e uniteli alla ricotta, ottenendo il ripieno per i fiori.
Mondate i fiori, privandoli del pistillo, e riempiteli con il ripieno.
Mescolate la farina, 80 g di amido di mais e mezzo litro di acqua ghiacciata, ottenendo una pastella piuttosto densa.
Immergete i fiori nella pastella, ruotando un pochino i petali, in modo da chiuderli sopra il ripieno.
Immergeteli pochi per volta nell'olio di arachide ben caldo e fateli dorare per circa 3-4 minuti. Scolateli su carta da cucina e salateli in superficie.
Portate a bollore lo zucchero con 40 g di acqua e l'aceto. Al bollore, aggiungete 150 g di acqua e i ribes. Fate sobbollire per 2 minuti, spegnete, unite 10 g di amido di mais sciolto in poca acqua, frullate e passate al setaccio, ottenendo una salsina.
Servite i fiori caldi, accompagnandoli con la salsa e qualche chicco di ribes intero a piacere.

Piattini colorati **Centrotavola Milano**, bicchieri **LSA International**.

Qual è la temperatura giusta per cominciare a friggere? Tuffate un pezzettino di pane nell'olio e verificate che sfrigoli vivacemente tutto intorno.

Un po' di cipolla cruda dà carattere alle insalate, ma va alleggerita e «mitigata»: affettatela e mettetela a bagno per mezz'ora, cambiando spesso l'acqua.

Piatto dell'insalata **GioveLab**, ciotolina bianca **Alessi**, ciotola dell'hummus **La Spasa**.

Insalata mista con friggitelli, cornflakes e pompelmo rosa

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 100 g **fagiolini puliti**
- 100 g **insalata misticanza**
- 100 g **peperoni friggitelli**
- 2 **pompelmi rosa**
- 1 **avocado**
- **cipolla rossa**
- **cornflakes**
- **semi di zucca decorticati**
- **limone – sale**
- **olio extravergine di oliva**

Pulite i peperoni e tagliateli molto finemente.
Lessate i fagiolini in acqua bollente salata per 5-6 minuti. Scolateli. (Se volete, apriteli a metà nel senso della lunghezza).
Pulite l'avocado e tagliatelo a pezzi.
Sbucciate a vivo i pompelmi e tagliateli a rondelle.
Tagliate mezza cipolla ad anelli.
Disponete le fette di pompelmo nei piatti o su un vassoio di portata, poi completate con la misticanza e gli altri ingredienti, aggiungendo anche una tazza di cornflakes e una cucchiaiata di semi di zucca spezzettati.
Condite con sale, limone e olio.

Giardiniera di verdure con hummus

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 750 g **carote multicolore**
- 600 g **asparagi bianchi**
- 480 g **ceci sgocciolati**
- 150 g **aceto di mele**
- 150 g **finocchi**
- 50 g **zucchero**
- 25 g **tahina (crema di sesamo)**
- **limone – aglio – paprica**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Sbucciate le carote; pulite gli asparagi e i finocchi (scegliete le guaine più esterne).
Tagliate le verdure con un taglio chiamato «a punta di matita» (guardate qui accanto come si fa).
Portate a bollore in una casseruola mezzo litro di acqua con l'aceto, lo zucchero e 1 cucchiaio raso di sale. Lessatevi le verdure separatamente, cominciando da quelle più chiare alle più scure: gli asparagi cuociono per 6 minuti, i finocchi per 2 minuti, le carote per 3.
Frullate i ceci con la tahina, 40 g di succo di limone, 5 g di sale, 5 g di olio, 10 g di acqua, un pezzetto di aglio sbucciato, pepe, ottenendo l'hummus.
Servite le verdure agrodolci con l'hummus, spolverizzato con un po' di paprica. Guarnite a piacere con aneto.

FATE COSÌ Posate carote, zucchine, asparagi sul piano di lavoro e tagliateli di sbieco, «a fetta di salame».
A ogni nuovo taglio girate gli ortaggi di 90°: otterrete così dei tocchetti sfaccettati «a punta di matita». È una tecnica molto usata nella cucina giapponese.

carni e uova

Uovo barzotto, cialde di lenticchie e bruscandoli

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **150 g bruscandoli o asparagi sottili**
- **50 g farina di lenticchie rosse (nei negozi di cibi biologici)**
- **8 uova**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

CIALDE
Mescolate la farina di lenticchie con 60 g di acqua, sale, pepe e 1 cucchiaio di olio. Spalmate il composto in una teglia foderata di carta da forno formando uno strato molto sottile e infornate a 160 °C per 25 minuti circa: la cialda dovrà risultare ben asciutta e croccante.
Scaldate una casseruola di acqua; quando bolle, immergetevi le uova a temperatura ambiente e scolatele dopo 4 minuti e 30 secondi: partendo dall'acqua già bollente il calcolo del tempo è più preciso e il tuorlo risulterà cremoso senza rischio di «passare di cottura».
Mondate i bruscandoli conservando solo le cime (4-5 cm) e i germogli laterali. Sciacquateli eliminando i residui di terra.
Scolate i bruscandoli, saltateli in un velo di olio ben caldo con un pizzico di sale per 1 minuto: rimarranno al dente.
Sgusciate le uova, apritele e conditele a piacere con una macinata di pepe e qualche fiocco di sale. Servitele con i bruscandoli e le cialde.

Costine marinate al miele e spezie

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 2 ore e 10 minuti più 30 minuti di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1 kg costine di maiale**
- **miele di acacia**
- **yogurt intero**
- **mix di spezie in polvere (curcuma, cumino, finocchio, zenzero, cipolla)**
- **tarassaco mondato**
- **4-5 ravanelli**
- **1 cetriolo**
- **salsa di soia**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**
- **pepe**

Accomodate le costine su un grosso foglio di carta da forno, salate, pepate e massaggiate la carne; conditela con il miele da tutti e due i lati e poi con un paio di cucchiai di yogurt, aggiungete il mix di spezie, qualche goccia di salsa di soia per lato e massaggiate ancora la carne per distribuire bene il condimento. Mettetela a insaporire in frigo per 30 minuti circa.
Infornate quindi le costine a 140 °C per 2 ore circa: alla fine della cottura la superficie dovrà essere molto ben rosolata e croccante e la polpa dovrà staccarsi molto facilmente dall'osso.
Preparate un condimento mescolando qualche cucchiaio di yogurt con sale, olio, dadini di ravanello e di cetriolo privato dei semi.
Servite le costine con il tarassaco, condito con un filo di olio, e con la salsa, completando a piacere con dadini di cetriolo e fettine di ravanello.

Per facilitare il distacco della carne dopo la cottura, raschiate le costine crude lungo gli ossi eliminando la pellicina e una parte di grasso che li ricopre.

Ciotola arancione **La Spasa**, tovagliolo giallo **Centrotavola Milano**, bicchieri arancioni **Jannelli & Volpi**.

Petto di faraona croccante

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- 1 **petto di faraona**
- 70 g **pane con la crosta**
- 10 **asparagi**
- 2-3 **fragole**
- **maggiorana – timo**
- **olio extravergine di oliva**
- **burro – sale**

Mondate gli asparagi usando il pelapatate per pulire la parte bassa del fusto.
Dividete il petto di faraona a metà e cuocete le due parti in padella in un velo di olio ben caldo: rosolateli prima dal lato della pelle per 4-5 minuti a fiamma viva, poi girateli, unite un fiocchetto di burro, che arricchisce il sapore e accentua il colore, e continuate a cuocere per altri 5 minuti. Spegnete il fuoco e lasciate riposare in padella per 5 minuti.
Frullate il pane ottenendo delle briciole grossolane. Aggiungete un ciuffetto di timo e uno di maggiorana e frullate ancora brevemente. Tostate il pane in una padella antiaderente senza grassi; quando sarà ben asciutto, aggiungete un filo di olio e continuate a tostare per un po'.
Tagliate gli asparagi «a fetta di salame» e saltateli in padella con poco olio e un pizzico di sale per un paio di minuti, spegnete e unite le fragole a dadini.
Tagliate i mezzi petti di faraona in fette piuttosto spesse e servitele con gli asparagi, le fragole e il pane tostato.

Manzo alla senape con salsa di avocado

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 1 kg **scamone di manzo**
- 450 g **patate novelle**
- 1 **avocado**
- **cren**
- **senape**
- **rosmarino**
- **salvia**
- **alloro – lime**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Ripulite la superficie dello scamone eliminando eventuali parti di tessuto connettivo e di grassi; conditelo con olio, un generoso cucchiaio di senape, rosmarino, salvia e alloro grossolanamente tritati, sale e pepe; accomodatelo su una placca foderata di carta da forno e fatelo insaporire per 15 minuti.
Rosolatelo poi in padella in un velo di olio facendogli prendere un bel colore bruno su tutta la superficie.
Ponetelo sulla placca e infornatelo a 200 °C per 25 minuti circa: la carne rimarrà succulenta e rosata all'interno.
Lavate le patate novelle con la buccia (noi abbiamo scelto quelle violette) e tagliatele a rondelle sottili; conditele in modo uniforme con olio e sale (per comodità, fate questa operazione in una ciotola, mescolandole con le mani); distribuite le rondelle su una placca foderata di carta da forno in modo che si sovrappongano il meno possibile, e infornatele a 180-190 °C per 10 minuti.
Mondate l'avocado, tagliatelo a pezzi e frullatelo con 1 cucchiaio di succo di lime, 2 cucchiai di olio, sale e un paio di cucchiai di acqua ottenendo una salsa cremosa.
Sfornate lo scamone, lasciatelo riposare per una decina di minuti in modo che i succhi di ridistribuiscano in modo uniforme nella polpa, quindi tagliatelo a fette, completatelo con una grattugiata di cren e servitelo con la salsa di avocado. Ottimo anche a temperatura ambiente: in questo caso, è meglio affettarlo sottile.

Piatto della faraona **Centrotavola Milano**, bicchiere **Alessi**, vassoio del manzo **MV% Ceramics Design**.

dolci

Questa Pavlova è opera di Brendan, il nostro art director, che si è misurato con una ricetta australiana, come lui. Per ottenere una «crosta» candida, bisogna tenerla d'occhio per tutta la cottura: appena qualche ciuffo comincia a colorirsi, abbassate un po' la temperatura del forno.

Il bagnomaria si usa per salse e creme a base di uova. Per cuocerle senza che si coagulino, il loro recipiente non deve toccare l'acqua calda.

Pavlova tropicale

Cuoco Brendan Allthorpe
Impegno Medio
Tempo 2 ore più 2 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

360 g zucchero semolato finissimo
250 g panna fresca
250 g yogurt greco
180 g albumi (circa 5)
cremortartaro
amido di mais
aceto di vino bianco
mango – cocco
frutto della passione
menta

Cominciate a montare gli albumi (devono essere a temperatura ambiente) con un cucchiaino di cremortartaro usando le fruste elettriche o l'impastatrice con l'accessorio a gomitolo. Quindi, senza smettere di montare, aggiungete un cucchiaio di zucchero alla volta, incorporandolo bene prima di aggiungere il successivo.
Smettete di lavorare gli albumi quando lo zucchero si sarà sciolto (toccando la meringa non si dovranno più sentire i granelli).
Aggiungete alla fine 1 cucchiaio raso di amido di mais e un cucchiaino di aceto e montate ancora per qualche secondo.
Disegnate su un foglio di carta da forno un cerchio di 22 cm di diametro e con esso foderate una teglia da forno, ponendo verso il basso la parte scritta.
Distribuitevi la meringa a grandi cucchiaiate, quindi modellatela in forma di torta alta 6-7 cm. Create un incavo al centro (servirà per accogliere la farcitura e la frutta).
Infornate nel forno statico a 140 °C per 1 ora e 30 minuti circa. Al termine spegnete il forno e, senza aprirlo, lasciatevi la meringa finché non si sarà completamente raffreddata.
Montate la panna e incorporatela allo yogurt con i semi raschiati da un baccello di vaniglia.
Completate la Pavlova con la panna, fettine di mango, frutto della passione, lamelle di cocco e foglioline di menta.

Crema al limone e biscotti ai fiocchi di avena

Cuoco Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 2 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

270 g burro morbido
100 g zucchero semolato
100 g farina di farro integrale
100 g fiocchi di avena
60 g zucchero di canna
3 limoni bio
2 uova – lievito in polvere
bicarbonato – sale

CREMA
Grattugiate la scorza dei limoni e spremetene il succo. Amalgamate in una ciotola, adatta per il bagnomaria, la scorza con lo zucchero semolato e le uova intere. Unite in ultimo il succo e mescolate delicatamente. Cuocete il composto a bagnomaria, sospeso sull'acqua, che dovrà appena fremere e non bollire tumultuosamente. Mescolate con una frusta per 3-4 minuti, finché la crema non si sarà addensata.
Togliete dal fuoco e fate intiepidire, continuando a mescolare per alcuni minuti. Unite 150 g di burro con la frusta, amalgamandolo a poco a poco.
Fate riposare in frigo per 2 ore.
Poco prima di mangiarla montatela con le fruste elettriche per 1-2 minuti: diventerà più chiara e più spumosa.
BISCOTTI
Frullate in un mixer i fiocchi di avena con la farina di farro. Unite quindi 120 g di burro e lo zucchero di canna. Aggiungete un pizzico di bicarbonato e un pizzico di sale, infine una presa di lievito in polvere. Impastate con le mani ottenendo un composto compatto. Fatelo riposare in frigo, coperto, per 1 ora. Stendetelo poi a 4-5 mm di spessore e ricavate dei biscotti con un tagliapasta rotondo (ø 8). Infornate a 180 °C per 12-14 minuti. Sfornate i biscotti, fateli raffreddare e serviteli con la crema al limone montata.

La pectina è un addensante e gelificante naturale ricavato dalla frutta. Si trova al supermercato, nel reparto dei prodotti per la pasticceria.

Torta «sbrisolata» ai semi di zucca con composta di fragole

Cuoco Joëlle Nédérlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 35 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

750 g fragole
150 g zucchero più un po'
150 g burro – 150 g farina 00
150 g semi di zucca
1 lime bio
pectina – latte – sale

RIPIENO
Tagliate a metà le fragole e saltatele in padella con 40 g di zucchero per 10 minuti: 2 minuti prima di spegnere mescolatele con cura con un mix di 2 cucchiaini di pectina e 3 cucchiaini di zucchero; spegnete, unite un po' di scorza di lime grattugiata, stendete la composta in un vassoio e lasciatela raffreddare.
PASTA
Frullate la farina con i semi di zucca. Poi, in una ciotola, lavorate la farina ottenuta con 110 g di zucchero e il burro morbido a tocchetti, un pizzico di sale e 1 cucchiaio di latte, se serve per amalgamare. Lavorate con le mani ottenendo un impasto compatto, copritelo e fatelo riposare in frigo per 1 ora. Foderate poi uno stampo a cerniera (ø 20 cm) con ⅔ dell'impasto, formando anche un bordo alto 3 cm. Coprite il fondo con carta da forno, riempite lo stampo con legumi secchi e infornate a 180 °C per 20 minuti, quindi eliminate carta e legumi e infornate di nuovo per altri 15 minuti.
Sfornate, distribuite la composta di fragole nello stampo e coprite con l'impasto rimanente, grattugiandolo con la grattugia a fori grandi. Infornate di nuovo a 180 °C per 20-25 minuti. Servite con gelato fiordilatte.

carta degli abbinamenti

a cura di VALENTINA VERCELLI

14 vini e 2 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario

Capesante, avocado e friggitelli pag. 44

I profumi di fiori di una **Ribolla Gialla** dei **Colli Orientali** del **Friuli** ben si abbinano alla freschezza del piatto. Il **2017** di **Torre Rosazza** ha anche intriganti note di melone. ***13 euro***. *torrerosazza.com*

Minestrone di primavera pag. 49

Ci vuole un bianco leggiadro, come la **Bianchetta Genovese**, per rispettare questo piatto veg semplicissimo. L'**Ü Pastine 2017** di **Bisson**, sottile e sapido, è tra i migliori della tipologia. ***11 euro***. *bissonvini.it*

Fiori di zucca ripieni pag. 54

Il **Vermentino** ligure è la scelta giusta per ricette con verdure e formaggi. Il **Pianacce 2017** prodotto da **Giacomelli** sui **Colli di Luni** ci piace per gli aromi agrumati e mentolati. ***14 euro***. *azagricola giacomelli.com*

Petto di faraona croccante pag. 60

Il **Santa Maddalena**, che nasce sui pendii a nord di Bolzano, è un rosso elegantissimo, ideale con carni bianche e rosse. Ottimo il **Rondell 2017** di **Glögglhof**, da servire fresco. ***14 euro***. *gojer.it*

Mini burger pag. 45 – **Risotto alla mela** pag. 47

Ci vuole una bollicina, come il **Metodo Classico Brut N. 10 2015** di **Valdo**: è fatto con l'uva glera, quella del Prosecco, ma la rifermentazione in bottiglia gli dà una marcia in più. ***15,50 euro***. *valdo.com*

Ravioli alla spigola pag. 50 – **Filetti di gallinella** pag. 52

Bianco e gentile, sceglietelo così il vino per le ricette di pesce più leggere. Da provare il **Trebbiano d'Abruzzo 2017** di **Costadoro**, con grado alcolico contenuto e lievi sentori di frutta esotica. ***5 euro***. *vinicostadoro.it*

Giardiniera pag. 57 **Insalata mista** pag. 57

Una birra **Lager**, fresca e non troppo amara, va bene con i nostri piatti di verdure. Quella del birrificio **Brooklyn** ci piace per il gusto floreale, con finale resinoso. ***2,30 euro***. *carlsbergitalia.it*.

Manzo alla senape pag. 61

Il **Chianti Classico** è uno dei grandi rossi italiani capaci di valorizzare la carne di manzo. **Storia di Famiglia 2015** di **Cecchi** è un'etichetta affidabile, con un ottimo rapporto tra la qualità e il prezzo. ***8,50 euro***. *cecchi.net*

Tarte tatin di cipollotti pag. 46

Le note aromatiche di un **Frascati Superiore** vanno a braccetto con la dolcezza delle cipolle. L'**Abelos 2017** di **De Sanctis** è una buona scelta per i suoi profumi intensi e il gusto rotondo. ***11 euro***. *frascati-wine.com*

Baccalà e piselli pag. 51

Il retrogusto ammandorlato del **Verdicchio dei Castelli di Jesi** bilancia la dolcezza dei piselli e la sapidità va a braccetto con il baccalà. Il **2017** di **La Staffa** è biologico e molto tipico. ***11 euro***. *vinilastaffa.it*

Uovo barzotto pag. 58

Una birra chiara in stile **Pils** pulisce il palato dalla cremosità dell'uovo. A noi è piaciuta quella del **Birrificio La Gastaldia**, molto dissetante, con note erbacee e luppolate. ***6 euro***. *lagastaldia.it*

Pavlova tropicale pag. 63 – **Crema al limone** pag. 63

L'aromaticità fragrante del **Moscato d'Asti** sta bene con le creme e i dolci con la frutta. Il biodinamico **Filari Corti 2017** di **Carussin** è ben equilibrato tra dolcezza e acidità. ***10 euro***. *carussin.it*

Mezze maniche con crema di piselli pag. 48

I **Riesling renano** dell'**Oltrepò Pavese** sono perfetti abbinati ai primi piatti con verdure. Il **Campo Dottore 2016** di **Calatroni** è sapido, con note fruttate e floreali. ***11,50 euro***. *calatronivini.it*

Salmerino, asparagi e bottarga pag. 52

Il **Sauvignon** è uno dei pochi bianchi che sta bene con gli asparagi. Il **Winkl 2017** di **Cantina Terlano**, con aromi di fiori di sambuco e menta, funziona bene anche con il salmerino. ***17,50 euro***. *cantina-terlano.com*

Costine marinate al miele e spezie pag. 58

Serve un rosso vellutato e di buona struttura, come il **Cabernet Sauvignon Farnito 2012**, prodotto in Toscana da **Carpineto**, con aromi decisi di liquirizia e marasca. ***21 euro***. *carpineto.com*

Torta «sbrisolata» pag. 64

Un rosso poco alcolico, dolce e spumeggiante, valorizza la nostra torta. Da provare il **Sangue di Giuda Paradiso 2017** di **Bruno Verdi**, che nasce in **Oltrepò Pavese** da vigne molto vocate. ***8 euro***. *brunoverdi.it*

dispensa

Come tutti, anche noi facciamo la spesa. Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

1. La Farina di lenticchie rosse bio di **Fior di Loto** è ricca di proteine e di fibre. Mescolata con acqua e sale e cotta in forno diventa una cialda ideale per accompagnare uova barzotte o strapazzate, pâté e formaggi cremosi.

2. Aggiungono un tocco croccante all'insalata mista i cereali integrali Fitness di **Nestlé**. A base di avena, frumento e riso.

3. I Ceci decorticati biologici di **Baule Volante** vengono privati della cuticola con un metodo meccanico: non sarà necessario metterli a bagno e cuoceranno più rapidamente del solito.

4. Da provare per arricchire una zuppa, condire un'insalata o accompagnare una torta salata, la Panna Acida di **Meggle** contiene solo il 12% di grassi. Si acquista in bicchieri da 180 ml, pronta da usare.

5. Mezze maniche, rigatoni, penne rigate… Per un sugo fresco di verdure ci vuole la pasta corta. Quella di **Granoro**, prodotta in Italia, è in vendita anche in pacchetti da 1 kg.

6. Sono grigliati, conditi con erbe aromatiche e spezie e conservati in olio di girasole i Datterini Grigliati di **Valbona**. Buoni come antipasto o per insaporire un secondo di pesce.

7. 100% latte dell'Alto Adige biologico per la Bio Mozzarella di **Brimi**. Sapore delicato e consistenza morbida. Oltre alla «palla» da 100 g sono disponibili anche le Bio Mozzarelline.

8. Si chiama Markenbutter Gold il burro di **Bayernland**. Super cremoso, sempre «spalmabile», contiene l'82% di grassi per rendere i biscotti e la frolla ancora più setosi e ricchi.

9. Pane Spuntinelle ai 7 cereali di **Morato**, per chi non ha tempo di impastare e infornare il pane per preparare i sandwich.

10. Una nota sapida, decisa, che sa di estate con i Capperi al sale **D'Amico**. Per preparare un trito aromatico da accompagnare a un filetto di pesce o arricchire la salsina per un pinzimonio di sedano e ravanelli.

11. Yogurt intero bianco naturale di **Mila**. Al latte pastorizzato e omogeneizzato vengono aggiunti *Streptococcus thermophilus* e *Lactobacillus bulgaricus* per trasformarlo in uno yogurt dalla consistenza vellutata.

12. Per accompagnare una fetta della nostra torta «sbrisolata» alle fragole ci vuole una pallina di gelato Fiordilatte **la Cremeria**. In vendita nella nuova vaschetta da 500 g con coperchio trasparente.

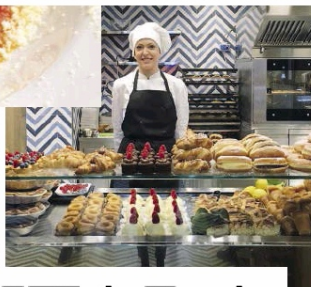
FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

FRESCA TUTTO L'ANNO

MESE PER MESE FRUTTA E VERDURA SELEZIONATA CON CURA RISPETTANDO LA STAGIONALITÀ. PERCHÉ IPER, LA GRANDE I È IL LUOGO IDEALE IN CUI FARE LA SPESA

Sui prodotti freschi non esistono compromessi, il cliente va rispettato attraverso la garanzia di alimenti gustosi. Iper, La grande i ha tra i suoi obiettivi quello di preferire prodotti italiani, con un'attenzione scrupolosa per quelli freschi e freschissimi. Negli ipermercati Iper, La grande i si può parlare di km 0 e attenzione alla provenienza. La filiera, quando si può, è cortissima grazie ad un contatto diretto con i piccoli produttori nei dintorni dei punti vendita. La maggior parte della frutta e verdura acquistate da Iper, La grande i, infatti, sono italiane e per ciascun ipermercato vengono selezionati produttori locali così da garantire massima freschezza, valorizzare le tradizioni e rispettare la stagionalità, per portare in tavola prodotti freschissimi.

PANE, AMORE & BUFALA

Sopra, un timballo di paccheri di Eccellenze Campane con pomodoro fresco. In alto, nel locale di Milano si fa la mozzarella. A sinistra la sala al piano terra e, a destra, il banco della pasticceria.

La pizza all'acqua di mare o la mozzarella fatta davanti ai vostri occhi. Napoli seduce Milano con un nuovo locale. Dove si fa anche la spesa, molto verace **Testi SARA TIENI**

Si inizia in maniera innocua, addentando una bruschetta ai pomodorini del Piennolo, quelli dolcissimi che crescono sulla terra del Vesuvio, si continua con i «frittini». Poi, ma sì, perché non concedersi un po' di mozzarella di bufala? In fondo il casaro l'ha appena preparata proprio lì, davanti a me, nel microcaseificio a vista in mezzo alla sala. Dopo un quarto d'ora seduti a un tavolo di **Eccellenze Campane** il contacalorie inizia a sembrare un gadget sopravvalutato. Questo nuovo locale (800 metri quadrati su tre piani a due passi dal Castello Sforzesco, aperto dalle 7 alle 24), visto in pausa pranzo, pullula di efficienza milanese (i ritmi sono veloci), mista a una certa rilassatezza partenopea, che ti fa sentire anche un po' in vacanza.

Il format sbarca in terra meneghina dopo i successi di Napoli (con due locali, Eccellenze Campane Napoli, che va dallo street food alla birreria e offre anche lezioni di cucina e degustazioni, e Eccellenze Campane Mare, sul golfo, per piatti più contemporanei) e di Londra (Panzo by Eccellenze Campane, specializzato in business lunch). E non si ferma qui: «Apriremo presto a San Paolo del Brasile, dove ci sono quattro milioni di immigrati italiani. La location è stata individuata nel quartiere di Jardins, con un format abbastanza simile a quello di Milano», spiega l'imprenditore Paolo Scudieri, presidente di Eccellenze Campane. La sua famiglia, a capo dell'Adler-Pelzer Group (leader internazionale nel settore componenti per l'industria del trasporto), quattro anni fa ha deciso con grande determinazione di investire nella ristorazione di qualità, partendo proprio dai prodotti della Campania. «Eccellenze è un polo alimentare che seleziona il meglio dei nostri prodotti, tra cui molti Dop e Igp». Tradotto: casari, pescatori, allevatori, produttori di pasta artigianale e coltivatori che forniscono i ristoranti in questione, dove queste materie prime sono anche in vendita. Nel locale milanese si può scegliere tra diversi format: c'è il ristorante per pause più veloci al piano terra, con pasticceria e casaro a vista; per una cena più intima o per riunioni di lavoro c'è, al piano superiore, la Trattoria Cetara, un ambiente più raffinato che a vista stavolta ha la cucina e una bella serie di etichette di vini. In carta, grandi classici che puntano soprattutto sulla bontà degli ingredienti base. Degna di nota la pizza impastata con l'acqua di mare, il cui panetto riposa per ore per garantire la massima digeribilità, la pasta trafilata al bronzo, servita con vongole veraci o in «scarpariello» e cioè semplicemente con pomodoro e formaggio. Se poi siete golosi, ci sono le sfogliatelle calde e i babà al caffè. «Siamo capaci di preparare 250 coperti, tutti al momento», spiega Scudieri. «In molti si innamorano delle materie prime e le acquistano per replicare a casa. Da poco abbiamo inaugurato anche un servizio di cestini da portare via». L'ingrediente (segreto) del successo? «Piatti sani e bilanciati, non a caso ci siamo rodati con gli sportivi: da qualche anno siamo i fornitori ufficiali di **Casa Italia** (*la sede del team olimpico italiano e di tutti i suoi ospiti*, ndr)», svela Scudieri. All'attivo ci sono già le tavole dei Giochi Olimpici in Corea del Sud, i mondiali di calcio in Brasile del 2014 e i Giochi Olimpici di Rio de Janeiro nel 2016. Prossima tappa, Tokyo 2020.

INSALATA SICILIANA

MISSIONE COLORE

Famosi nel mondo per i loro vestiti pieni di gioia, i Missoni hanno fatto dell'amore per le persone, per l'ospitalità e per il buon cibo il proprio stile di vita. Lo raccontano per la prima volta in un libro-ricettario che è anche un affascinante album dei ricordi

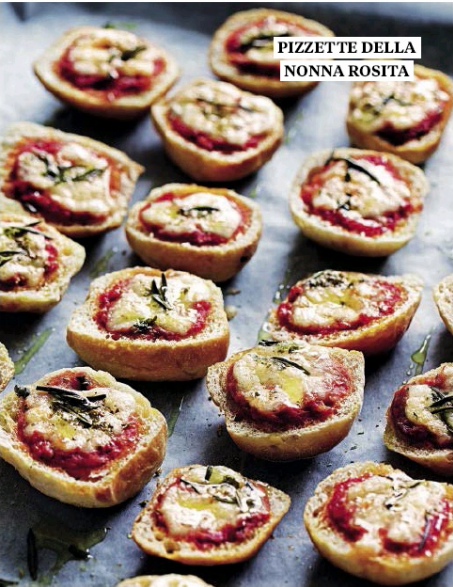
Testo MARINA BAUMGARTNER

C'era una volta una ragazzina lombarda che andò in gita a Londra, durante le Olimpiadi. Allo stadio di Wembley vide un atleta alto e bellissimo. I due giovani si innamorarono e si sposarono. Erano Rosita e Ottavio Missoni. Insieme hanno fondato un'azienda che tutto il mondo conosce per i capi in maglieria, l'inconfondibile zigzag, i mirabili mix di colori. Hanno avuto tre figli e oggi Angela, l'unica femmina, disegna le collezioni moda, mentre Rosita si occupa di Missoni Home. Anche Angela ha avuto tre figli, Margherita, Teresa e Francesco, tutti cresciuti a «pane, moda, colore e amore per la cucina».

E oggi è proprio Francesco a firmare il libro *The Missoni Family Cookbook* di Assouline, in uscita in tutto il mondo il primo maggio. «Mi piaceva mangiare e a cinque anni mi sono cimentato con il mio primo piatto: omelette con gorgonzola. A quindici anni, un'estate in Sardegna ho fatto il classico spaghetto di mezzanotte: un sugo copiato da papà, cipolle soffritte così a lungo che quasi si sciolgono, pomodori pelati e basilico. Fu un tale successo che tutti prenotarono per la sera dopo! Lì ho capito che quello che cucinavo piaceva». L'idea del libro, le ricette di cinque generazioni della famiglia Missoni, è venuta a Francesco. Il progetto però ha sonnecchiato per un po', finché Angela, un giorno, non ha preso in mano la situazione, coinvolgendo nel progetto la sua amica scrittrice Lisa Lovatt-Smith.

Per la grande famiglia Missoni è davvero una gioia ritrovarsi a tavola. Sono in tanti, e tutti amano cucinare. Chissà che confusione, in cucina! «La regola è: a casa della mamma comanda la mamma, da nonna Rosita comanda lei. The General e the President, così le chiamano gli amici. Da noi vige il matriarcato!», ci racconta Francesco. Che quando decide un menu, è molto attento al colore, perché, anche in un piatto, il primo impatto è quello visivo. Il suo più grande successo in cucina? La key lime cheese cake per il compleanno della nonna, una torta per sessanta persone cotta in una teglia gigantesca. Così buona, che da allora Francesco riceve ordinazioni di torte per i compleanni di familiari e amici. E il rapporto fra cibo e moda? «Il cibo è sempre stato parte dell'ospitalità della mia famiglia», dice Angela, «come la moda, che respiro da quando sono nata. Ambedue sono il nostro dna, il nostro modo di essere».

Rosita Missoni ricerca funghi, erbe e radici e li trasforma in piatti deliziosi, con la figlia Angela, collezionista di oggetti stravaganti, come i vasi qui sotto. Nella foto in alto, Rosita con Angela e i nipoti Teresa e Francesco.

FOTOGRAFIE COURTESY OF MISSONI

Insalata siciliana

Impegno Medio
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 **finocchi**
2 **arance**
olive taggiasche snocciolate
peperoncino essiccato
olio extravergine – sale

Mondate i finocchi, eliminando le foglie e le guaine più esterne. Tagliateli a spicchi, poi a fettine.
Pelate a vivo le arance, mettete da parte gli spicchi, quindi spremete le membrane rimaste in una insalatiera.
Disponete le fette di finocchio nell'insalatiera, adagiatevi sopra gli spicchi di arancia, salandoli.
Cospargete con le olive e il peperoncino secco tritato, quindi condite con un filo di olio e servite subito.
Da sapere Per pelare gli agrumi a vivo, tagliate con un coltello le due calotte, quindi eliminate la buccia, seguendo con la lama la curva, a filo della polpa. Adagiate quindi il frutto nel palmo della mano e incidete con il coltello lungo le pellicine che separano gli spicchi, «scalzando» lo spicchio. Fate questa operazione direttamente sopra l'insalatiera, in modo da raccogliere il succo che colerà dal frutto.
Vedi anche il nostro video su *lacucinaitaliana.it/tutorial/le-tecniche/come-pelare-a-vivo-un-agrume*

Pizzette della Nonna Rosita

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

750 g **salsa di pomodoro pronta**
300 g **mozzarella di bufala**
20 **panini tipo bocconcino**
4 **rametti di rosmarino**
olio extravergine di oliva
sale
pepe

Tagliate a metà i bocconcini di pane e disponeteli su una placca da forno, appoggiati sulla crosta.
Coprite la superficie con la salsa di pomodoro.
Tagliate a dadini molto piccoli la mozzarella e disponetene due cucchiaini al centro di ogni pizzetta. Condite con aghi di rosmarino, sale e pepe.
Infornate a 180 °C per circa 5 minuti o fino a quando la mozzarella non comincia a sciogliersi. Sfornate, completate ogni pizzetta con olio crudo e servite subito.

Zuppa di vongole

Impegno Facile
Tempo 10 minuti più 2 ore di spurgatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

2 kg **vongole**
250 g **vino bianco secco**
1 **spicchio di aglio**
olio extravergine di oliva – sale
prezzemolo – pepe bianco

Mettete le vongole a spurgare in un recipiente con abbondante acqua salata (circa 4 litri e mezzo) per circa 2 ore. Scolatele, controllate che non ci siano conchiglie rotte e sciacquate ancora in acqua fresca.
Schiacciate l'aglio e rosolatelo per un minuto in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete le vongole e il vino, coprite e fate cuocere per circa 3 minuti, mescolando ogni tanto, finché le conchiglie non si saranno tutte aperte.
Servitele con il loro sugo, completandolo con prezzemolo tritato finemente e con un po' di pepe bianco appena macinato.

Angela con i suoi tre figli, in una foto degli anni '90. Fin da piccoli li ha abituati a sapori sempre nuovi e all'amore per la cucina. Francesco, a destra, è diventato un maestro nei primi piatti, Teresa, vicino alla mamma, una maga nel fare biscotti creativi, mentre Margherita, a sinistra, sta imparando adesso.

THE ONE AND ONLY BUDINO

The One and Only Budino

Impegno Medio
Tempo 30 minuti
più 3 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 950 g latte intero
- 450 g cioccolato fondente
- 240 g farina 0
- 200 g burro
- 60 g zucchero

Mescolate in una ciotola la farina e lo zucchero. In un'altra ciotola versate il latte a temperatura ambiente, quindi incorporatevi farina e zucchero, mescolando finché non saranno ben amalgamati.
Versate il composto in una casseruola, filtrandolo con un setaccio e scaldatelo.
Aggiungete il cioccolato sminuzzato e il burro, e mescolate finché non saranno sciolti. Abbassate il fuoco al minimo e cuocete mescolando per 3 minuti.
Alzate la fiamma e cuocete ancora, sempre mescolando, finché il budino non raggiunge una consistenza densa (intorno ai 100 °C). Abbassate nuovamente e cuocete ancora, mescolando, per 7 minuti.
Riempite di acqua freddissima uno stampo antiaderente a ciambella (ø 26 cm), per raffreddarlo. Svuotatelo dopo 5 minuti e asciugatelo, quindi versatevi il budino e lasciatelo raffreddare finché non sarà a temperatura ambiente.
Copritelo con la pellicola e fatelo raffreddare in frigorifero per 2 ore.
Togliete il budino dal frigo, levate la pellicola e appoggiate un piatto sullo stampo, quindi rovesciatelo. Se il budino non dovesse uscire dallo stampo, immergete quest'ultimo, brevemente, in acqua calda.
Servite il budino freddo, accompagnando a piacere con panna montata.

Rosita Missoni e la figlia Angela.

TORTA DI PERE E CIOCCOLATO

Torta di pere e cioccolato

Impegno Medio
Tempo 2 ore e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

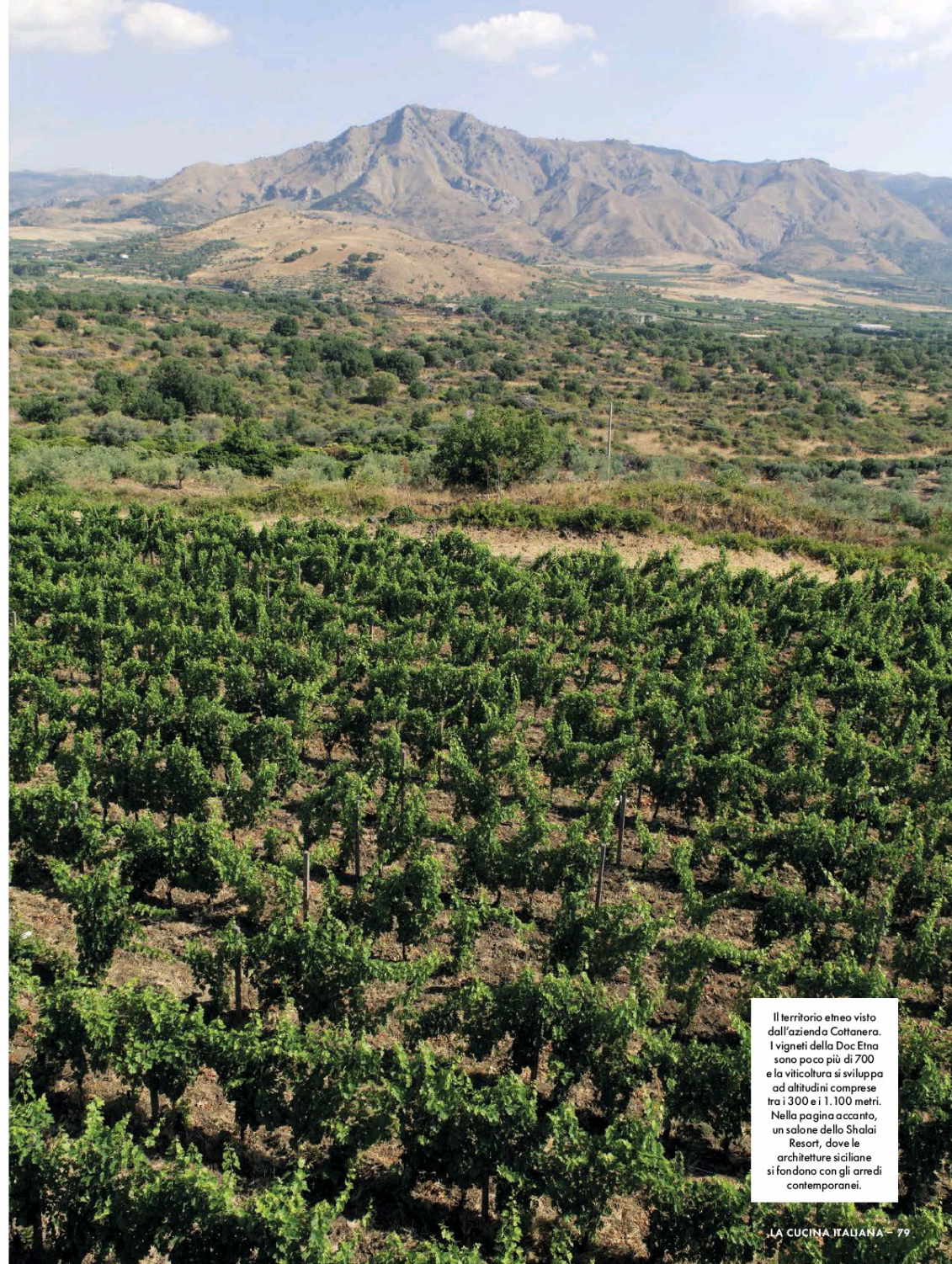
- 350 g farina
- 200 g burro
- 120 g zucchero
- 30 g cacao
- 3 pere Kaiser
- 2 biscotti al burro
- 1 uovo grande
- limone

Sbucciate le pere, privatele del torsolo e tagliatele in quarti; cospargetele con succo di limone in modo che non si anneriscano.
Mescolate in una ciotola la farina con il cacao e lo zucchero. Aggiungete l'uovo e mescolate ottenendo un impasto. Unite il burro, morbido, e impastate con le mani finché non avrete un panetto omogeneo. Dividetelo a metà, lasciandone una parte nella ciotola e disponendo l'altra su un foglio di carta da forno infarinato.
Stendete la pasta sul foglio di carta da forno prima con le mani poi con il matterello in uno strato di circa 1 cm. Ritagliate un disco di 20 cm di diametro.
Rimettete i ritagli nella ciotola insieme alla pasta rimasta, rimpastate tutto e stendete poi la pasta nello stesso modo; ritagliatevi un disco di 25 cm di diametro.
Spezzettate i biscotti e sparpagliate le briciole sul disco più piccolo. Capovolgetelo con l'aiuto di un altro foglio di carta da forno, in modo che i biscotti restino sotto, e trasferite il disco su una placca. Togliete il foglio di carta da forno rimasto in superficie e disponete sulla pasta i quarti di pera, con la parte più sottile verso il centro, a raggiera.
Coprite le pere con il disco più grande e sigillatelo ai bordi con i rebbi di una forchetta. Bucherellate la superficie con uno stecchino e infornate a 190 °C per 1 ora e 30 minuti circa.

Scritto da Francesco Maccapani Missoni, il libro, in inglese, contiene oltre cento ricette di cinque generazioni ordinate secondo le stagioni e illustrate con tante foto in stile diario di famiglia. Pubblicato da Assouline, *The Missoni Family Cookbook* dal 1° maggio si potrà acquistare online su *www.assouline.com* e nella boutique di Venezia, Assouline at The Bauer Hotel (tel. 041 240 6876). 50 euro

DALLA LAVA nascono i sapori

Siamo stati sul vulcano attivo più alto d'Europa e abbiamo scoperto che qui i prodotti della terra hanno un'intensità che resta nel cuore. Come lo stile e il calore dell'ospitalità

Testi VALENTINA VERCELLI, Foto GIACOMO BRETZEL

Il territorio etneo visto dall'azienda Cottanera. I vigneti della Doc Etna sono poco più di 700 e la viticoltura si sviluppa ad altitudini comprese tra i 300 e i 1.100 metri. Nella pagina accanto, un salone dello Shalai Resort, dove le architetture siciliane si fondono con gli arredi contemporanei.

Da sinistra, Alberto Cusumano, Mariangela e Francesco Cambria di Cottanera. Sotto, da sinistra, Silvia Maestrelli di Tenuta di Fessina, Michele Faro di Pietradolce e Gina Russo delle Cantine Russo. Nell'altra pagina, un piatto e un tavolo del ristorante dello Shalai Resort e un antipasto con i prodotti tipici locali.

Alla fine dell'Ottocento sulle pendici dell'Etna c'erano 50.000 ettari coltivati a vigneto e le varietà di uve autoctone erano una quarantina. Dal porto di Riposto i vini raggiungevano il Nord Italia, la Francia e gli Stati Uniti

Ci sono posti che ti stregano, dopo averli visti non li dimentichi. L'Etna è stato capace di catturarmi già dall'aereo, quando il mio finestrino ha incorniciato un filo di fumo, una piccola nuvola grigia e la cima ancora bianca a primavera inoltrata, in contrasto con il verde dei campi e il blu del mare. Sono arrivata al Rifugio Sapienza, ho dormito a 1.920 metri, incantata da un cielo stellato come non l'avevo mai visto, e il giorno dopo ho preso la funivia e ho camminato sulla terra scura, in uno scenario da pianeta sconosciuto, per raggiungere il cratere più alto, a oltre 3.300 metri di quota. Ed è scattato l'amore.

Deve essere successa la stessa cosa a Chris Martin, Jonny Buckland, Guy Berryman e Will Champion, ovvero i Coldplay, che hanno scelto l'Etna per girare il video della canzone *Violet Hill*. Ma la lista degli innamorati è lunga, comprende gli oltre 700.000 abitanti dei paesi alle sue pendici, che continuano a vivere qui, anche se le eruzioni si ripetono anno dopo anno. E poi imprenditori e vip che hanno comprato vigneti e cantine (l'ultimo è stato Angelo Gaja, uno dei mostri sacri del vino italiano), trasformando questo spicchio di Sicilia nella zona vinicola più calda del momento, meta di turisti da tutto il mondo, che lasciano il lusso e il mare della vicina Taormina per esplorare i paesaggi lavici e per assaggiare nel luogo dove nasce quel vino che li ha sedotti nei ristoranti di Londra o di New York. Poi scoprono tanto altro, perché la terra vulcanica dell'Etna è generosa.

A Bronte nascono i pistacchi più buoni del mondo, da Giarre, Sant'Alfio, Milo e Trecastagni arrivano ciliegie succosissime, da Zafferana Etnea un miele eccellente. Ci sono prodotti Dop, come i fichi d'India e l'olio extravergine Monte Etna, fatto in prevalenza con le olive della varietà Nocellara etnea, e poi ci sono le vigne, spesso vecchissime, grandi e contorte come meravigliose sculture.

«Sull'Etna si trovano alcuni dei vigneti più vecchi d'Italia, ci sono alberelli che hanno più di cento anni e le loro radici vanno a cercare il nutrimento in profondità», racconta la produttrice toscana Silvia Maestrelli, un'altra vittima del fascino del vulcano, che ha ridato vita a un borgo contadino a 670 metri di quota a Castiglione di Sicilia. Al centro della Tenuta di Fessina un palmento del Settecento in pietra lavica conserva la sua antica *chianca*, il torchio per la pressatura dell'uva; qualche olivo e qualche nocciolo, l'affascinante geometria dei muretti di pietra lavica completano il quadro. Impossibile non rimanere incantati, soprattutto se ci si sveglia in una delle bellissime camere fresche di inaugurazione.

Un altro indirizzo dove vale la pena di dormire è lo Shalai Resort di Linguaglossa. Il paese ha 5.000 anime e un intrico di stradette, dove ci si può divertire a scovare le decorazioni barocche che adornano gli antichi palazzi nobiliari, magari assaporando, durante la passeggiata, i dolcetti di pasta di mandorle della pasticceria Pino Azzurro. In hotel però sembra di stare in uno di →

Una granita ai gelsi, tra i gusti più richiesti insieme a mandorla e limone, e i pistacchi di Bronte. Sotto, Tenuta di Fessina, l'azienda vinicola in contrada Rovittello, che Silvia Maestrelli ha cominciato a ristrutturare nel 2007.

quegli indirizzi delle grandi capitali del mondo, dove design e arredamenti contemporanei dialogano con l'essenza più intima del luogo. Il ristorante è l'unico del territorio ad avere una stella Michelin: la cucina di Giovanni Santoro è leggera, creativa, con l'anima radicata nei sapori più schietti del Mediterraneo. La gestione dei fratelli Pennisi, stirpe di macellai celebri sul territorio, assicura alla tavola carne di prima scelta, mentre il pesce arriva tutti i giorni dai vicini mercati di Riposto, Giardini Naxos e dall'Aci Trezza di verghiana memoria.

Di tutt'altro tono sono gli ambienti del Bar Blue Moon, tappa irrinunciabile per assaggiare una delle più buone granite siciliane. La dritta arriva da Alberto Cusumano, esponente di una famiglia palermitana con centinaia di ettari di vigne in varie province, tra cui non potevano mancare i 20 ettari della tenuta Alta Mora a Castiglione di Sicilia. «Il fascino dell'Etna è la sua forza», spiega. «Qui decide il vulcano, in nessun altro luogo è così. La vendemmia è un atto eroico, non solo per le altitudini elevate e il lavoro fatto solo a mano, ma soprattutto perché l'uva matura tardissimo e devi avere il coraggio di aspettare per raccogliere i frutti nel momento giusto».

Ci vuole tanta pazienza e un pizzico di pazzia, ma poi la natura ti premia. I rossi e i bianchi prodotti con le uve autoctone nerello mascalese, nerello cappuccio e carricante non somigliano a nessun altro vino e sono ottimi anche in versione "bollicine", come mi ha svelato l'assaggio del metodo classico prodotto da Cantine Russo. L'energia del territorio e quel sapore semplice, eppure completo, ti conquistano dopo il primo sorso. In più sono vini amici della tavola. Provare per credere all'osteria Cave Ox, nella vicina contrada di Solicchiata, dove Sandro Dibella seleziona i produttori migliori, mentre la moglie Lucia prepara antipasti con olive, pomodori secchi, formaggi e salumi locali, maccheroni con il ragù di suino nero dell'Etna, grigliate di carne e ricette con il baccalà.

A Solicchiata c'è un altro indirizzo eccellente, la cantina Pietradolce dell'imprenditore Michele Faro, della nota famiglia di vivaisti che ha creato il Radicepura Garden Festival, il primo evento internazionale dedicato al garden design e all'architettura del paesaggio, capace di attirare 30.000 visitatori nel parco botanico di Giarre. Qui, il vino da non mancare è l'Etna Rosso Vigna Barbagalli, che nasce a 900 metri da alberelli che raggiungono il secolo di vita.

Poco oltre, la tappa finale del mio tour, l'azienda Cottanera, in contrada Iannazzo. La proprietà della famiglia Cambria è di cento ettari, di cui i 65 piantati a vigneto ne fanno una delle più importanti realtà della zona. Bisogna venire durante la vendemmia, magari a bordo degli sferraglianti trenini dei vini che percorrono la Ferrovia Circumetnea, per capire quanto valgono qui le tradizioni. Una squadra di venticinque donne raccoglie l'uva tra chiacchiere e canti. Basta avere una cesoia in mano per sentirsi come in famiglia.

FOTO AG. CONTRASTO, ALESSANDRO SAFFO/SIME

Shalai in dialetto siciliano significa stare bene, essere soddisfatti e appagati. Non poteva che chiamarsi così il resort di Linguaglossa, dove a tavola arrivano i migliori tagli di suini neri dell'Etna o di bovini di razza modicana, allevati per il ristorante e cucinati dallo chef Giovanni Santoro

INDIRIZZI

Rifugio Sapienza *rifugiosapienza.com*
Tenuta di Fessina *tenutadifessina.com*
Shalai Resort *shalai.it*
Pasticceria Pino Azzurro piazza Matrice 4, Linguaglossa tel. 095643843
Bar Blue Moon via Castiglione 4, Passopisciaro, Castiglione di Sicilia, tel. 0942983140
Cusumano *cusumano.it*
Cantine Russo *cantinerusso.eu*
Cave Ox *caveox.it*
Pietradolce *pietradolce.it*
Cottanera *cottanera.it*
Ferrovia Circumetnea *trenodeivinidelletna.circumetnea.it*

DOPPIO POKER DI PASTA BATTE TUTTO

Otto sughi per otto formati diversi, dalle linguine ai rigatoni. In più, gli strumenti per prepararla e servirla, una rassegna di paste tradizionali e alternative, notizie e guide per impasti e cotture perfette

Forchettone e forchette **Alessi**.

LA PIÙ AMATA DAGLI ITALIANI

Pronta in pochi minuti, è sempre irresistibile. Lasciatevi tentare da 8 nuove proposte, **semplici e molto appetitose**. E il vino? Ci abbiamo pensato noi

Ricette DAVIDE BROVELLI, Testi ANGELA ODONE, Vini VALENTINA VERCELLI, Foto MASSIMO BIANCHI, Styling BEATRICE PRADA

LINGUINE CON MISTO DI POMODORI

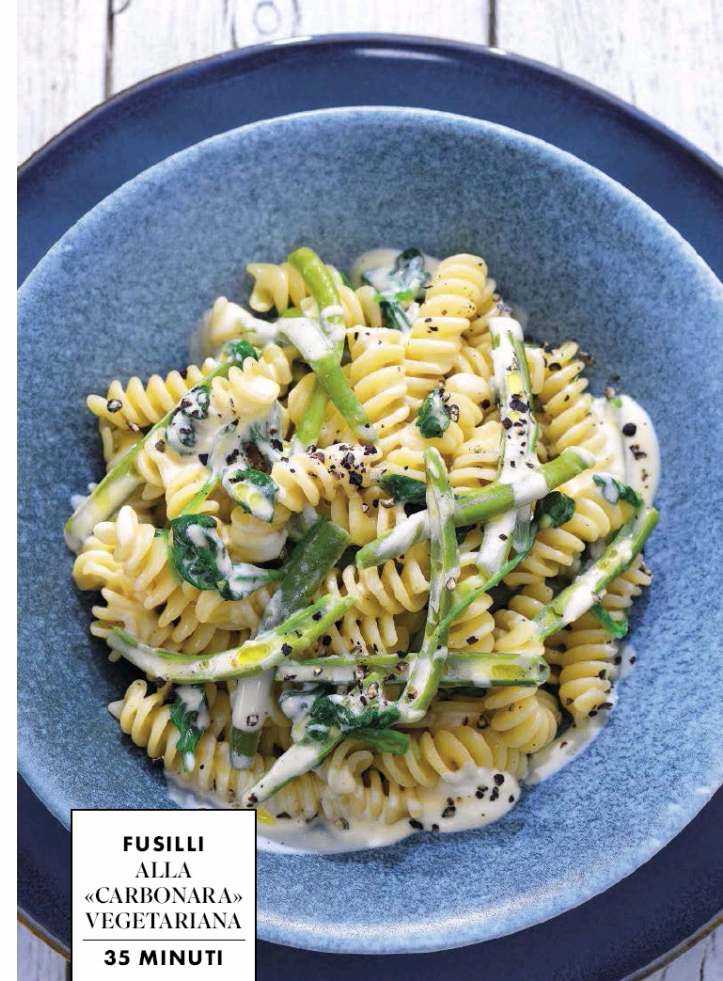
30 MINUTI

Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 350 g 1 barattolo di datterini gialli interi in succo
- 320 g linguine
- 120 g 1 piccolo pomodoro costoluto rosso
- 120 g 6 pomodori allungati piccoli tigrati
- 120 g 5 pomodorini tondi
- 120 g mix di pomodorini piccoli colorati
- 120 g pomodorini piccoli tipo datterini arancioni
- 100 g pane tipo baguette
- basilico
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

Spezzettate il pane, conditelo con un filo di olio, sale e pepe e infornatelo a 180 °C per 5 minuti.
Mondate tutti i pomodori e tagliateli a metà oppure a spicchi, se troppo grandi.
Scottate in padella in un velo di olio rovente e a fiamma altissima tutti i pomodori, tranne quelli gialli in barattolo, per 30 secondi, poi conditeli con un po' di pepe e un pizzico di sale.
Scaldate i datterini gialli col succo in un velo di olio per 5 minuti, poi schiacciateli con la forchetta e conditeli con un pizzico di sale, se serve.
Lessate le linguine al dente in abbondante acqua bollente salata, scolatele nella padella con i pomodori a spicchi, unite il sugo dei pomodorini gialli, il pane tostato e saltate tutto per meno di un minuto. Servite subito completando con foglie di basilico spezzettate e un filo di olio crudo.

Il condimento delle linguine è un inno all'estate: abbinatele al **Costa d'Amalfi Furore Bianco 2017** di **Marisa Cuomo**, dal memorabile carattere mediterraneo. Servitelo freddo ma non troppo (9 °C). ***16,50 euro***. *marisacuomo.com*

FUSILLI ALLA «CARBONARA» VEGETARIANA

35 MINUTI

Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 320 g pasta corta tipo fusilli
- 200 g fagiolini
- 150 g spinacini novelli
- 4 tuorli
- crème fraîche (panna acida)
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

Mondate i fagiolini e lessateli in acqua salata per 6 minuti, scolateli, raffreddateli e divideteli a metà nel senso della lunghezza. Poi tagliateli a pezzettini.
Sbattete i tuorli con sale, pepe e 1 cucchiaio di crème fraîche.
Lessate i fusilli al dente in abbondante acqua bollente salata.
Scaldate una padella di grandi dimensioni velata di olio, aggiungete i fagiolini e gli spinacini novelli, unitevi i fusilli appena scolati e completate con i tuorli sbattuti. Saltate tutto sulla fiamma vivace per non più di 1 minuto.
Servite completando a piacere con qualche grano di pepe pestato grossolanamente.

La cremosità dell'uovo e della panna acida si bilancia bene con la lieve tannicità della **Malvasia 2016** di **Zidarich**, un capolavoro di vino nato sulle rocce del Carso. Ottimo fresco di cantina (14 °C). ***26 euro***. *zidarich.it*

CONCHIGLIE ALLO SCOGLIO «IN BARATTOLO»

90 MINUTI

Impegno Medio

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg **vongole spurgate**
- 320 g **pasta corta tipo conchiglie**
- 12 **pomodorini datterini**
- 8 **code di gambero**
- 4 **filetti di triglia puliti**
- 4 **moscardini puliti**
- **olive taggiasche – basilico**
- **peperoncino fresco – aglio**
- **prezzemolo – timo – pepe**
- **olio extravergine – sale**

Raccogliete le vongole in una casseruola velata di olio con un ciuffo di prezzemolo, mezzo spicchio di aglio e un po' di peperoncino. Coprite e cuocete sulla fiamma viva per 5 minuti circa, finché le vongole non si saranno aperte. Sgusciatele buttando via quelle rimaste chiuse.
Sgusciate le code di gambero ed eliminate il budellino nero.
Distribuite in quattro barattoli da 200 ml a chiusura ermetica i gamberi, le triglie, i moscardini, le vongole, 3-4 olive taggiasche, una lamella sottilissima di aglio, i pomodorini tagliati a metà, qualche fogliolina di basilico e di timo, una macinata di pepe, una rondella di peperoncino, un pizzico di sale, e la quantità di olio necessaria a riempire il barattolo fino a metà dell'altezza.
Sigillate i barattoli e metteteli in casseruola immersi per metà in acqua; cuocete per 1 ora da quando l'acqua raggiunge 65 °C (non dovrà fremere).
Lessate la pasta, scolatela e ungetela con poco olio. Distribuitela nei piatti e condite ciascuno con il contenuto di un barattolo.
Più veloce Anziché cuocere triglie, gamberi e moscardini in barattolo, rosolateli in padella in un velo di olio per pochi minuti.

Floreale, fragrante e sapido, il **Petite Arvine** prodotto in **Valle d'Aosta** è un bianco che valorizza al meglio pesci, conchiglie e crostacei. A noi piace molto il **2017** di **Les Crêtes**. Toglietelo dal frigo 10 minuti prima di berlo (8 °C). *14,50 euro. lescretes.it*

TROTTOLE CON LE PRIMIZIE

30 MINUTI

Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 360 g **pasta tipo trottole o fusilli**
- 180 g **borragine**
- 120 g **piselli sgranati**
- 50 g **asparagi**
- 40 g **formaggio feta**
- 15 g **pinoli**
- 1 **cipollotto viola**
- 1 **peperoncino fresco**
- **aglio – finocchietto – melissa**
- **limone – sale – pepe**
- **olio extravergine di oliva**

Tritate grossolanamente i pinoli.
Mondate il cipollotto e tagliatelo a losanghe.
Affettate il peperoncino e lavatelo per eliminare i semi.
Pulite gli asparagi e tagliateli a rondelle, dividendo le punte in 2 parti.
Scottate i piselli in acqua bollente salata per 1 minuto.
Cuocete la pasta in acqua bollente salata, seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione, quindi scolatela.
Pulite la borragine e saltate le foglie in una padella capiente con gli asparagi, il cipollotto, i piselli, il peperoncino, i pinoli, uno spicchio di aglio schiacciato con la buccia, un filo di olio e pepe per 1-2 minuti. Eliminate l'aglio, aggiungete la pasta, mescolate e fate insaporire sulla fiamma per 1 minuto, quindi togliete dal fuoco, unite la feta tagliata a cubetti, una grattugiata di scorza di limone, qualche ciuffetto di finocchietto e qualche foglia di melissa, regolate di sale e portate in tavola.

Le paste con le verdure primaverili e i formaggi freschi stanno benissimo con il **Custoza 2017** di **Albino Piona**, profumato, delicato e di grado alcolico contenuto. Toglietelo dal frigo 10 minuti prima di servirlo (8 °C). *7 euro. albinopiona.it*

SPAGHETTINI CON ALICI MARINATE IN PESTO DI CRESCIONE

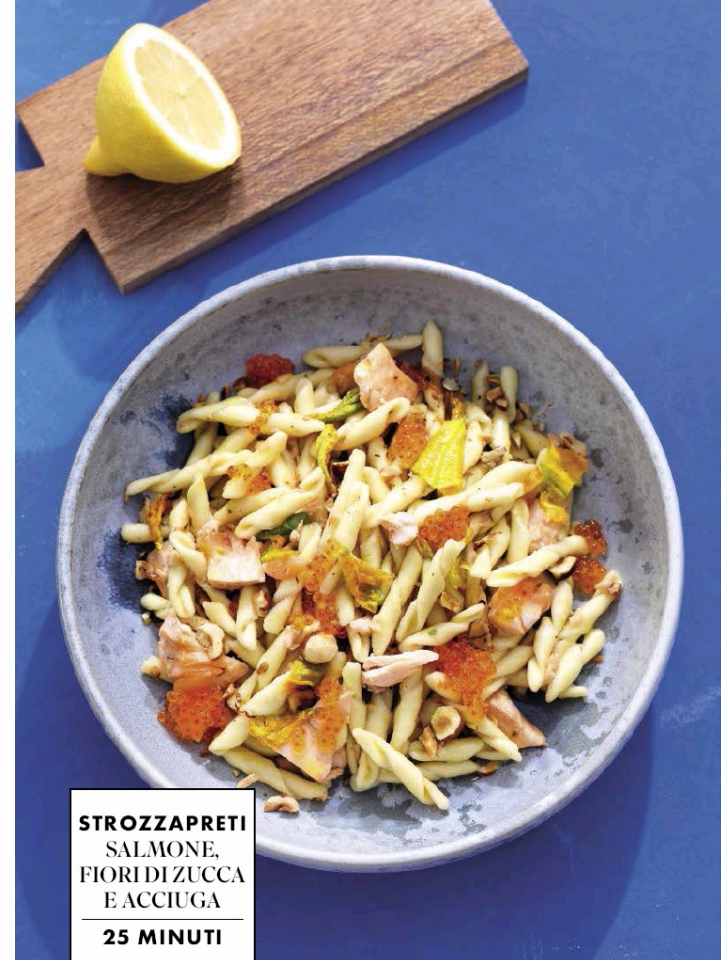
35 MINUTI+

Impegno Medio
Tempo 35 minuti più 12 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g spaghettini
60 g crescione mondato più qualche fogliolina per decorare alla fine
32 alici – 1 scalogno
aceto di vino bianco
limone – pepe rosa secco
pepe verde secco
olio extravergine di oliva
sale

Staccate le teste delle alici, apritele ed evisceratele; sciacquatele sotto l'acqua corrente, poi disponetele ben distese e non sovrapposte su una placchetta con la pelle rivolta verso il basso.
Frullate il crescione con qualche grano di pepe verde e rosa, 1 cucchiaio di aceto, il succo di 1 limone, lo scalogno a fettine, una presa di sale e 50 g di olio: otterrete una salsa fluida. Distribuitela uniformemente sulle alici (potete sovrapporle a strati), sigillate la placchetta con la pellicola e mettetele a marinare in frigo per non meno di 12 ore. L'ideale sarebbe prolungare la marinatura per 24 ore. Se avanza un po' di salsa di crescione la userete per condire la pasta.
Lessate gli spaghettini al dente mentre saltate le alici per meno di 1 minuto in una padella velata di olio; scolatevi gli spaghettini, saltate ancora tutto insieme brevemente unendo il resto della salsa di crescione.
Servite subito decorando con grani di pepe rosa schiacciati, qualche fogliolina di crescione e scorza di limone grattugiata.

Un po' di Liguria nel bicchiere con il **Vermentino Etichetta Grigia 2017** di **Cantine Lunae**. Con gli intensi profumi di frutta e fiori, è perfetto con gli spaghettini insaporiti da alici e crescione. Servitelo freddo (7-8 °C). *13 euro.* *cantinelunae.it*

STROZZAPRETI SALMONE, FIORI DI ZUCCA E ACCIUGA

25 MINUTI

Impegno Facile

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g filetto di salmone senza pelle
320 g strozzapreti
150 g brodo vegetale
12 fiori di zucca
2 filetti di acciuga sott'olio
pecorino grattugiato
alloro – sale
nocciole tostate
uova di salmone
olio extravergine di oliva

Verificate che nel filetto di salmone non vi siano lische, poi cuocetelo a vapore, per 6-7 minuti al massimo.
Sminuzzate una foglia di alloro, eliminate la costa centrale, poi frullatela insieme ai filetti di acciuga, 2 cucchiai di pecorino grattugiato, il brodo vegetale e un paio di cucchiai di olio, fino a ottenere un'emulsione.
Lessate gli strozzapreti in acqua bollente salata, scolateli al dente e saltateli in padella con il salmone a pezzetti, i fiori di zucca puliti e spezzettati al momento e l'emulsione.
Distribuite gli strozzapreti nei piatti e completate ciascuno con un cucchiaino di uova di salmone e 5-6 nocciole tritate grossolanamente.

Un vino di montagna di buona acidità, come il **Manzoni Bianco 2017** di **Cantina Toblino**, bilancia la consistenza grassa del pesce e va a braccetto con le note sapide dell'acciuga e delle uova. Servitelo freddo (7-8 °C). *9 euro.* *toblino.it*

TAGLIATELLE CALAMARI, FRIGGITELLI E SALSICCIA PICCANTE

40 MINUTI

Impegno Facile

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 600 g **calamari puliti**
- 360 g **tagliatelle fresche**
- 100 g **salsiccia piccante**
- 20 **foglie di basilico**
- 4 **peperoni friggitelli**
- **pinoli tostati**
- **vino bianco secco**
- **lime – sale**
- **formaggio grattugiato**
- **olio extravergine di oliva**

Tagliate le sacche dei calamari in listerelle finissime.
Mondate i friggitelli e tagliateli in rondelle sottili.
Preparate un pesto veloce frullando 1 cucchiaio di pinoli, 1 cucchiaio di formaggio grattugiato, 20 foglie di basilico, 50 g di olio e un pizzico di sale.
Sgranate la salsiccia e rosolatela in padella, senza grassi, fino a renderla croccante, poi unite i friggitelli, dopo un paio di minuti aggiungete le listerelle di calamaro, sfumate con 1-2 cucchiai di vino, fate evaporare e spegnete.
Lessate le tagliatelle al dente, scolatele direttamente nella padella con la salsiccia, unite il pesto e saltate tutto sulla fiamma viva per meno di 1 minuto.
Servite subito completando con una grattugiata di scorza di lime.

Per supportare la salsiccia piccante senza prevaricare il gusto delicato dei calamari va bene un rosato di buona intensità, come il **Cirò Rosato 2017** di **Cote di Franze**, da servire molto fresco (12 °C). ***9,50 euro***. *cotedifranze.it*

RIGATONI GRATINATI CON CREMA DI PORRI E POLLO

80 MINUTI

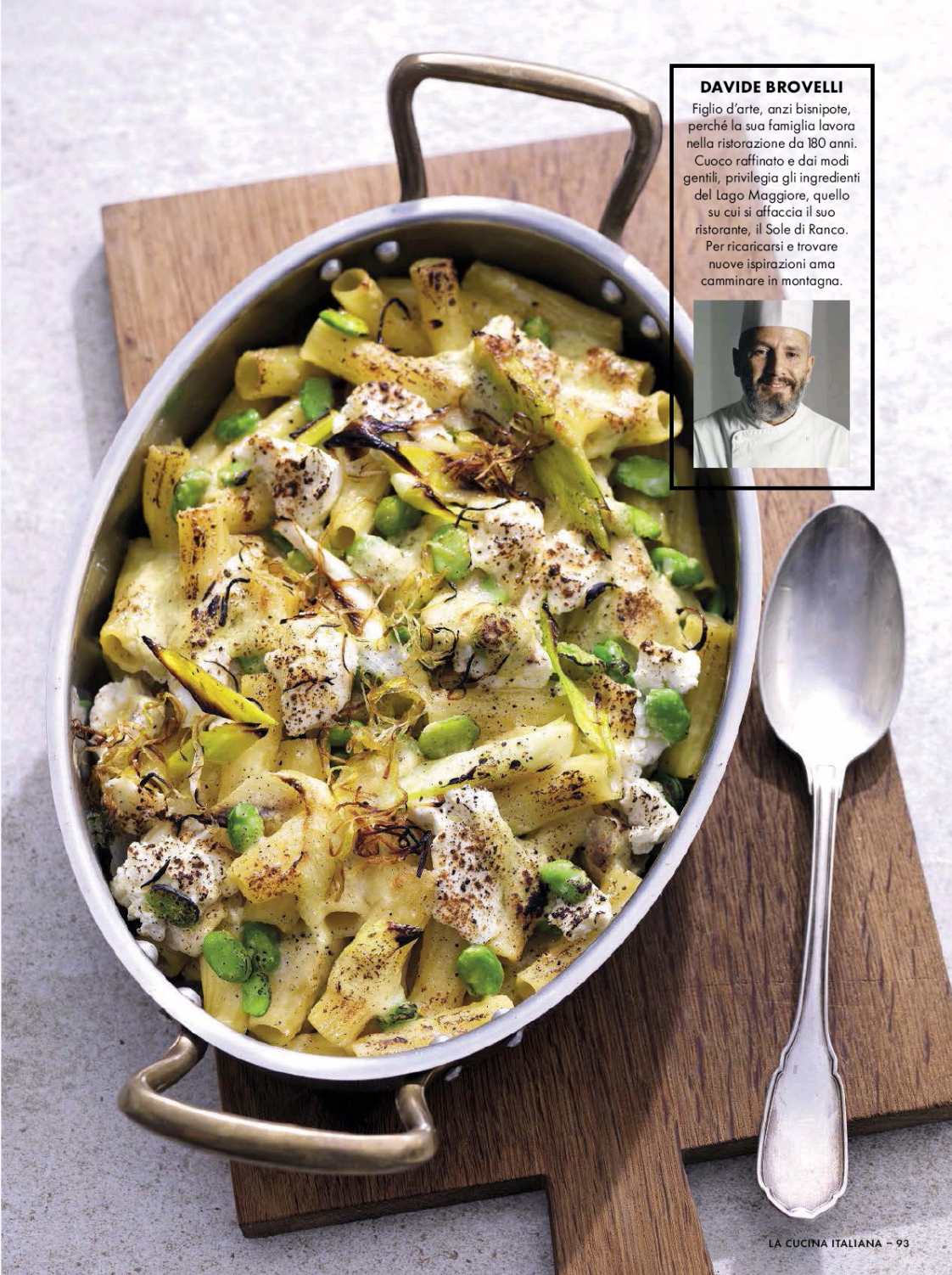
Impegno Facile

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 500 g **1 coscia di pollo**
- 500 g **pasta corta tipo rigatoni**
- 450 g **porri mondati**
- 250 g **ricotta vaccina**
- 150 g **fave lessate e sbucciate**
- **formaggio grattugiato**
- **vino bianco secco**
- **brodo vegetale – burro**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Lessate la coscia di pollo in un brodo vegetale fremente per circa 1 ora. Scolatela, fatela intiepidire e poi sfilacciatene la polpa.
Tagliate a metà per il lungo i porri, poi affettateli non troppo sottilmente e stufateli in una casseruola con un filo di olio e una noce di burro per 2-3 minuti; sfumate con mezzo bicchiere di vino e con due mestoli del brodo di cottura del pollo e proseguite sulla fiamma al minimo per 10-12 minuti. Spegnete, salate, se serve, tenete da parte una cucchiaiata generosa di porri stufati e frullate il resto in crema con 100 g di ricotta, sale e pepe.
Lessate i rigatoni, scolateli al dente, conditeli con un filo di olio e la crema di porri.
Disponete i rigatoni in una pirofila, aggiungete il pollo sfilacciato, il resto della ricotta, le fave, i porri stufati tenuti da parte, qualche fiocchetto di burro, poco formaggio grattugiato e mescolate delicatamente; infornate a 200 °C per 10-15 minuti.
Sfornate i rigatoni gratinati e completateli con una macinata di pepe e a piacere con fettine sottilissime di porro fritte. Servite subito.

Ci vuole un rosso per tenere testa alla struttura del piatto, a patto che sia fresco, poco alcolico e poco tannico, come il **Vittoria Frappato 2017** di **Poggio di Bortolone**, da servire fresco di cantina (14 °C). ***10 euro***. *poggiodibortolone.it*

FOTO RITRATTO **G. BRETZEL**

DAVIDE BROVELLI

Figlio d'arte, anzi bisnipote, perché la sua famiglia lavora nella ristorazione da 180 anni. Cuoco raffinato e dai modi gentili, privilegia gli ingredienti del Lago Maggiore, quello su cui si affaccia il suo ristorante, il Sole di Ranco. Per ricaricarsi e trovare nuove ispirazioni ama camminare in montagna.

BUONA SENZA SEGRETI

I passaggi fondamentali della produzione industriale, le regole d'oro della cottura tradizionale e le nuove tendenze

1 ARTE E TECNICA NEI PASTIFICI

I passaggi per un'ottima pasta sono 4, un tempo regolati solo dalla sapienza artigiana. Oggi le macchine facilitano le operazioni, ma attenzione e tempi lunghi rimangono garanzia di qualità.

L'impasto È la mescola della semola (farina di grano duro) con una quantità di acqua che varia dal 18 al 35% della farina. L'impasto non deve incorporare aria, per evitare fermentazioni. Oggi si usa il sottovuoto.

La gramolatura È la pressatura dell'impasto con la gramola, per renderlo elastico e omogeneo: anche questa fase avviene sottovuoto, per un composto più compatto.

La trafilatura Serve a formare i diversi tipi di pasta. Esistono trafile in teflon, bronzo e oro: le ultime due lasciano la pasta più porosa e ruvida, adatta a trattenere i sughi. All'uscita della trafila, la pasta viene tagliata, oggi automaticamente.

L'essiccazione La pasta è ventilata con aria calda perché perda umidità (non può superare il 12,5%). In questa fase la materia prima si stabilizza: più è lento il processo, migliore è la pasta. Alla fine viene riportata a temperatura ambiente e confezionata.

2 COME SI CUOCE LA PASTA SECCA...

Lessare la pasta può sembrare facile. Ci sono però dei piccoli accorgimenti importanti a cui bisogna fare attenzione, se si vuole un risultato impeccabile.

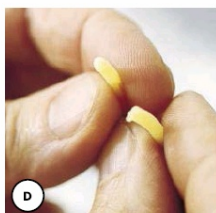
A. L'acqua deve essere abbondante: la proporzione ideale è 10 parti di acqua per 1 di pasta. La pentola migliore deve essere alta e stretta, per evitare un'eccessiva evaporazione.

B. Il sale va aggiunto solo quando l'acqua bolle, perché rallenta l'ebollizione. Deve essere sale grosso e ne servono 10 g per ogni litro.

C. Gli spaghetti e gli altri formati lunghi devono essere integri, ed è preferibile non spezzarli. Scegliete pentole alte, per immergerli il più possibile fin da subito. Prendeteli tra le mani e ruotatele una in senso opposto all'altra, per una disposizione più omogenea nella pentola.

D. Il tempo è basilare: sulle confezioni sono indicati i tempi di cottura, ma l'assaggio e l'esame della pasta sono sempre consigliati: spezzando la pasta, il cuore deve apparire più chiaro.

E. L'idea in più L'acqua della pasta è ricca dell'amido rilasciato durante la cottura: aggiungetene un po' nel sugo, servirà per legarlo meglio, rendendolo più cremoso.

FOTO ARCHIVIO LCI, AG. CONTRASTO, 123RF

3 ... E QUELLA FRESCA

FORMATI LUNGHI

Tagliatelle, tagliolini, spaghetti alla chitarra sono preparati con impasti all'uovo. Per cuocerli bastano pochi minuti, secondo lo spessore. Tuffateli in abbondante acqua bollente salata e cuoceteli per 30 secondi, se sono molto sottili, e fino a 1 minuto e mezzo, se più spessi. Scolate la pasta e conditela subito: scegliete sughi più saporiti per paste più rustiche, più delicati per le più sottili.

FORMATI CORTI

Per orecchiette, capunti, trofie, cavatelli freschi i tempi di cottura variano leggermente, in base al grado di essiccazione. Se sono appena fatti, tuffateli in acqua bollente salata per 4-5 minuti dalla ripresa del bollore, in base allo spessore. Scolateli e conditeli con il sugo preferito.

4 METODI INNOVATIVI

A. Come un risotto Si aggiunge acqua bollente (o brodo), poca per volta, alla pasta in cottura in una casseruola insieme al sugo, che deve essere molto liquido. L'amido della pasta, anziché disperdersi nell'acqua di cottura, si amalgama con il sugo. Alla fine, il tutto avrà un aspetto cremoso.

B. Nel wok Questa padella orientale è ideale per cuocere la pasta direttamente nel condimento, perché, grazie alla forma concava, diffonde meglio il calore, abbreviando i tempi.

C. Nella pentola a pressione È una possibilità che fa risparmiare tempo e consente di utilizzare una pentola sola. È anche un metodo ecosostenibile perché cuocendo insieme la pasta e il condimento si risparmiano energia e acqua. Inoltre, si possono utilizzare meno sale e meno grassi.

D. In «ammollo» Si può cuocere la pasta per pochissimi minuti e spegnere poi il fuoco, lasciandola in ammollo nell'acqua calda, con il coperchio, finché non raggiunge la consistenza desiderata. Si può anche lasciare a mollo in acqua fredda a lungo e portarla poi semplicemente a bollore per la giusta cottura oppure terminare la cottura in padella. Metodi meno aggressivi che consentono di risparmiare energia e acqua mantenendo al meglio le qualità e i sapori della pasta.

CHE CONSISTENZA PREFERITE?

Alla gengiva
Si dice di una pasta cotta leggermente di più della classica cottura al dente: si scola quando il glutine non è ancora gelatinoso. Attenzione ai tempi: la pasta continua a cuocere anche dopo la scolatura, finché non viene servita.

Al dente
È il punto di cottura che i puristi preferiscono: come identificarlo? La pasta deve essere allo stesso tempo consistente ed elastica, in modo che, pur essendo cotta, opponga una certa resistenza alla masticazione. Così si attivano gli enzimi che ne facilitano la digestione.

Al chiodo
Piace soprattutto ai puristi del Sud Italia ed è una cottura che anticipa quella al dente: la pasta viene scolata quando è ancora un po' rigida, scricchiola leggermente sotto i denti, e ha la parte centrale ancora bianca. È indicata soprattutto per le ricette che prevedono una mantecatura in padella.

NON DI SOLO GRANO

Frumento, farro, mais, legumi, uova, spezie. La nuova frontiera della pasta è sempre più variegata. E più attenta alla salute del nostro pianeta

Gli Spaghetti Integrali di **Alce Nero** sono prodotti, in modo artigianale, con *grano khorasan* coltivato in Italia. Trafilati al bronzo, vengono essiccati lentamente a bassa temperatura. *4,80 euro alcenero.com*

Grano duro 100% italiano per le Penne Rigate Bio di **Barilla**. Cottura ecologica in 10 minuti: spegnete il fuoco dopo 5 minuti, mettete il coperchio e la pasta finirà di cuocere nel tempo rimanente. *1,59 euro barilla.com*

Un aiuto in cucina con la Pasta *all'uovo surgelata* di **Koch**: semola di grano duro, uova pastorizzate, acqua e sale, senza additivi e conservanti. Nel reparto surgelati in confezioni da 500 g fino a 2 kg. *Da 2,50 euro kochbz.it*

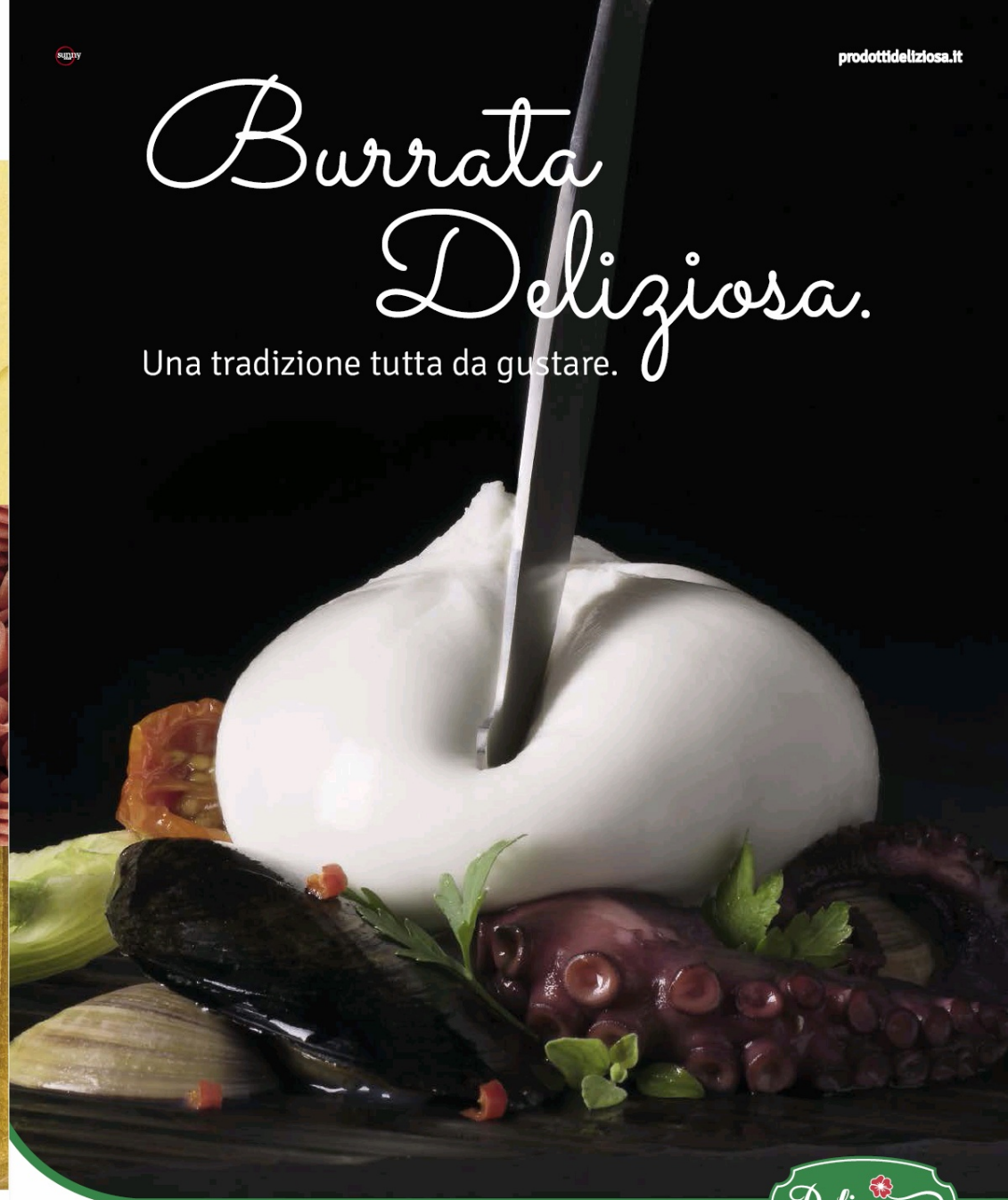
Rispecchiano la tradizione della cucina emiliana tutte le *paste all'uovo* di **Andalini**. Finissime, larghe e mezzane... Anche quelle Paglia e Fieno insaporite con spinaci in polvere. *1,35 euro andalini.it*

La linea Harmony Life di **Dalla Costa** offre sei tipi di pasta particolari. Quella di *lenticchie* per esempio è composta da un mix di semola di grano duro, farina di lenticchie rosse e pomodoro disidratato. *dallacostalimentare.it*

Solo *farro triticum dicoccum* bio coltivato in Umbria e nelle Marche e macinato a pietra per le Penne Rigate di **Girolomoni**. Della stessa linea anche gli spaghetti. *2,79 euro girolomoni.it*

I Fusilli 100% *farina di ceci bio* di **Felicia** sono ricchi di proteine, di fibre e di sali minerali. Conservando le caratteristiche dei legumi, sono una valida alternativa, non solo per chi soffre di intolleranza al glutine. *glutenfreefelicia.com*

Germinal Bio dedica una gamma completa al senza glutine. Le Pappardelle *mais giallo* e *curcuma* sono una delle tante proposte, diverse per formato e per ingredienti di base. *Da 3,50 euro germinalbio.it*

FOTO AG. 123RF

COTTO & SCOLATO

La sfoglia è sottilissima. Il sugo è stato a lungo sul fuoco, con pochi grassi. I fusilli sono perfettamente al dente. Ecco che cosa serve per fare tutto nel migliore dei modi

1. Uno strumento composto da due parti, una placchetta rigata e un cilindro liscio. Indispensabile per formare i garganelli e per rigare gli gnocchi. Di **Tescoma**. *6,90 euro tescomaonline.com*

2. Fa parte della linea *Pasta Passion* di **Villeroy & Boch** il piatto di design che viene in aiuto quando non c'è un tavolo per appoggiarsi. Ha un piccolo incavo dove sistemare le posate e una zona che permette di arrotolare gli spaghetti. Premiato con il Red Dot Design Award nel 2016. *villeroy-boch.it/shop*

3. La *Spaghettiera Mini* di **WMF** è composta da pentola, cestello e coperchio. Diametro di 18 cm, capienza ridotta (3 litri) e fondo universale adatto a tutte le fonti di calore, anche al forno (max 250 °C) e al piano a induzione. *70 euro wmf.com*

4. Non siete mai sicuri di scolare la pasta al momento giusto? Basta usare *Vabene*, l'assaggiaspaghetti disegnato da Miriam Mirri per **Alessi**: la forma della coppa è studiata per controllare la cottura dei formati lunghi e corti. *28 euro alessi.com/it*

5. La casseruola in alluminio con rivestimento atossico a base di acqua della linea *Dr. Green* di **Risolì** è resistente e conduce in modo molto efficiente il calore. Perfetta per cotture senza grassi. Con coperchio di vetro. *113 euro risoli.com*

6. Si chiama *Otello* la macchina per la pasta di **Marcato** in edizione limitata. Disponibile in tre colori: Gun Metal, Copper Bronze e Sky Chrome con base in tre legni diversi, olmo, wengé e faggio. *182,90 euro marcato.it/it*

7. Fondo a 5 strati, pareti a 3 che alternano acciaio e alluminio. È questa la struttura che caratterizza la *Casseruola Chef* da 7,6 litri e l'*Inserto Pasta Chef* di **Tupperware**. Rispettivamente *325* e *140 euro tupperware.it*

QUANDO L'HAMBURGER È GOURMET

1
Tradizione e novità
300 g di carne di altissima qualità e ingredienti scelti con un'attenzione particolare per le eccellenze made in Italy, come burrata, pomodori secchi, cipolla caramellata e scamorza. Lagardère propone un menu di hamburger tradizionali e mediterranei che conquista anche i palati più sofisticati.

2
Una linea «Premium»
Coriandolo e avocado freschi, zenzero, salsa piperina: nella nostra carta arrivano i sapori di tre sfiziose ricette dall'accento contemporaneo, studiati appositamente per la linea «Premium»: due hamburger di pollo e uno vegetale, tutti da scoprire e assaggiare.

3
Tocchi etnici
Provate gli hamburger di pollo: speziati, di primissima qualità, con carne di animali allevati a terra, pensati per accontentare anche chi vuole farsi tentare da una ricetta diversa. Cucinati con amore per un target internazionale, sono preparati tenendo conto delle tendenze e delle novità del mondo food.

4
Gusto veggie
Voglia di una tocco alternativo? Perché no. Lagardère lancia due invitanti per vegetariani e vegani. Protagonisti tofu, burger di soia e ceci o semi di lino e poi tante erbe fresche e verdure di stagione per fare un pieno di vitamine oltre che di sapore, accontentando anche chi ha esigenze particolari.

Una (buonissima) pausa tra un volo e l'altro
Volete dare un morso alla qualità? Troverete il nuovo menu Lagardère in cinque locali in Italia: il Beercode Kitchen & Bar dell'aeroporto Roma Fiumicino (nella foto) e di Bologna e negli Homeburger degli aeroporti di Venezia, Verona e Bari. Aprirà presto inoltre un Beercode alla stazione di Roma Termini e all'aeroporto di Firenze. In ogni caso, ovunque vi troverete ,la formula sarà la stessa: un elegante ma informale, dove assaporare una piacevole pausa pranzo, uno snack o una cena sfiziosa ma di qualità, ingannando l'attesa prima del check-in. Complici dei favolosi hamburger.

IL CUOCO E L'AMBASCIATORE

Ventidue anni fa Dario Pizzetti rispose a un'inserzione. Gli parlarono in inglese. Da allora nutre presidenti, principi e diplomatici anglosassoni incrociando accenti british e amatriciana. Senza mai muoversi da Roma

SOUFFLÉ AL CHEDDAR

Testi ROBERTO ZICHITTELLA, Foto GIACOMO BRETZEL

Nei ricevimenti a Villa Wolkonsky, residenza dell'ambasciatore del Regno Unito in Italia, arriva sempre qualcosa di prelibato dalla cucina. Che si venga invitati per un breakfast o un pranzo, per una cena placé o un dinner buffet. Altro che Brexit, Jill Morris (prima donna ambasciatore di sua maestà in Italia) organizza eventi e riceve ospiti a getto continuo. Nel 2017 ben 320 eventi in villa per un totale di 10.850 ospiti.

A soddisfare il palato degli invitati ci pensa Dario Pizzetti (nella foto a destra), 49 anni, lombardo di Suzzara, chef dell'ambasciata dal 2004. Ma Pizzetti è nel mondo della diplomazia dal 1996. Prima di arrivare a Villa Wolkonsky è stato sous chef a Villa Taverna, residenza dell'ambasciatore degli Stati Uniti.

La passione per la cucina l'ha ereditata dalla madre («da bambino mi divertivo a chiudere i cappelletti con lei»), ha studiato all'istituto alberghiero e si è fatto le ossa nei ristoranti del Nord Italia. Nel 1996 gli cade l'occhio su un'inserzione. «C'era un numero di telefono», racconta, «chiamo e mi rispondono in inglese. Era l'ambasciata americana. Mi fecero un sacco di domande, curiosi di sapere anche se avevo viaggiato nei paesi del Patto di Varsavia. Alla fine fui assunto».

Dopo aver servito tre ambasciatori americani, nel 2004 non gli sfugge una nuova inserzione. Cercano uno chef a Villa Wolkonsky. «Mi chiamano per un colloquio e mi mettono alla prova con la preparazione di una cena. Alla fine, mentre sto riordinando la cucina, arriva la moglie dell'ambasciatore, mi fa i complimenti e mi chiede quando comincio. In febbraio entro in servizio». Finora Dario Pizzetti ha lavorato per quattro ambasciatori inglesi. Non ha mai incontrato la regina, ma l'anno scorso ha cucinato per Carlo e Camilla. Da buon mantovano, eccelle in risotti e paste ripiene, ma non fa mancare mai il salmone e sperimenta ricette gallesi, come il carré di agnello marinato con miele, coriandolo e zenzero, molto gradito alla gallese Jill Morris. Che però preferisce i bucatini all'amatriciana, più avventurosi e banditi dagli incontri ufficiali per non rischiare di macchiarsi. I pranzi seduti durano non più di 45 minuti e, come assicura l'ambasciatrice, «a tavola si fa diplomazia perché il buon cibo crea un'atmosfera di convivialità che ben dispone al dialogo».

VILLA WOLKONSKY

Residenza dell'ambasciatore britannico a Roma, prende il nome dalla principessa russa Zinaida Wolkonsky, moglie di un aiutante di campo dello Zar Alessandro I, che acquistò nel 1830 il vasto terreno fra San Giovanni e l'Esquilino, su cui fu edificata la villa. Il grande parco che la circonda è attraversato da un acquedotto romano e i numerosi reperti antichi trovati in loco sono esposti nelle serre all'ingresso della villa. Nel parco c'è anche un orto che rifornisce di frutta e ortaggi le cucine, mentre uno sciame di api assicura la produzione di una piccola quantità di miele millefiori.

CAPPELLETTI CON SPUMA DI PECORINO, FAVE E GUANCIALE CROCCANTE

Soufflé al cheddar

«Giorgio Napolitano venne alla villa nel 2012 per il giubileo di diamante della regina Elisabetta, un'occasione importante perché raramente il presidente cenava fuori del Quirinale. Fare dei soufflé fu da pazzi, perché sarebbe bastato un ritardo degli ospiti per mandare in fumo la loro riuscita. Fortunatamente la cena partì in perfetto orario, quando i soufflé erano al massimo splendore e il presidente si complimentò con me».

Impegno Medio
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

- 500 g latte intero
- 140 g formaggio cheddar stagionato
- 125 g farina
- 125 g burro – pangrattato
- 8 uova – sale

Fate fondere in una casseruola il burro; aggiungetevi la farina e mescolate ottenendo un roux. Portate a bollore il latte e versatelo nella casseruola con il roux, ricavando così una besciamella piuttosto densa. Lasciate intiepidire.
Aggiungete il cheddar grattugiato e poi, uno alla volta, incorporate i tuorli mescolando vigorosamente. →

FILETTO DI MANZO MARINATO ALLE 5 SPEZIE

Montate gli albumi con un pizzico di sale fino a ottenere una spuma corposa. Incorporateli all'impasto con delicatezza e con un movimento rotatorio dal basso verso l'alto fino a ottenere una bella crema liscia.
Imburrate uno stampo da soufflé di 18-20 cm di diametro e spolverizzatelo di pangrattato. Versatevi il composto e infornatelo a 180 °C per 22-25 minuti.
Sfornate il soufflé e servitelo immediatamente per non perdere la spettacolarità e la bontà del piatto.

Cappelletti con spuma di pecorino, fave e guanciale croccante

«Preparati durante l'ultima visita in Italia di Carlo e Camilla, hanno un ripieno a base di ricotta di pecora e pecorino a cui ho aggiunto anche un po' di panna montata per dare una consistenza spumosa. Ho pensato a un piatto in cui poter legare con eleganza diversi elementi della nostra cucina tradizionale».

Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g farina
200 g fave sgranate
150 g ricotta di pecora
50 g panna fresca montata
8 tuorli
2 fette di guanciale di 5 mm di spessore
vino bianco
pecorino romano
burro
sale – pepe in grani

Impastate la farina con i tuorli fino a ottenere una palla liscia; ponetela in una ciotola, copritela con la pellicola e lasciatela riposare per 30 minuti.
Lavorate la ricotta con 75 g di pecorino grattugiato; aggiungete in ultimo la panna montata. Regolate il ripieno di sale e pepe.
Stendete la pasta fresca in sfoglie sottili. Spennellatele con un filo di acqua; distribuitevi sopra il ripieno, in piccole noci equidistanti. Ritagliate i cappelletti con un tagliapasta rotondo di 6-7 cm di diametro. Chiudete i dischi a mezzaluna sul ripieno sigillando bene il bordo.
Sgusciate le fave, sbollentatele e togliete la pellicina che le ricopre. In una padella fate soffriggere il guanciale tagliato a bastoncini larghi 1 cm; quando sarà ben rosolato, sfumatelo con uno spruzzo di vino bianco. Lessate i cappelletti in acqua bollente salata per un paio di minuti, poi fateli saltare in padella con il guanciale, aggiungendovi le fave.
Liberate la padella e legate la salsa a fuoco spento con una piccola noce di burro freddo e poco pecorino grattugiato.
Distribuite nei piatti e servite con scaglie di pecorino e una macinata di pepe.

Filetto di manzo marinato alle 5 spezie

«Durante la mia permanenza a Villa Taverna ebbi l'occasione di avere a cena Bill Gates per ben due volte. In una di queste preparammo un filetto lasciato marinare intero per una notte in una soluzione di soia, sherry, zenzero e spezie. Venne poi cotto al forno intero come un roast-beef, da affettare durante il servizio. Ricordo il ritardo con cui arrivò Bill Gates che ci mise in crisi per la cottura del filetto... ma andò tutto perfettamente! È una ricetta che piace sempre, anche qui a Villa Wolkonsky».

Impegno Facile
Tempo 50 minuti più 24 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

1 kg filetto di manzo
250 g vino bianco
250 g sherry o vermut dry
250 g salsa di soia
125 g salsa hoisin (reperibile nei negozi di alimenti etnici)
100 g scalogno tritato
100 g cipollotto fresco (solo la parte verde dei gambi)
zenzero fresco grattugiato
zenzero in polvere
peperoncino secco
miscela «5 spezie» (reperibile nei negozi di alimenti etnici)
olio extravergine di oliva

Pulite il filetto eliminando il poco grasso presente in superficie.
Preparate la marinata: raccogliete in una capiente pirofila il vino, lo sherry, le salse, lo scalogno e il cipollotto, 2 cucchiai di zenzero fresco grattugiato, 2 cucchiaini di zenzero in polvere, 1 cucchiaino di peperoncino e 1 cucchiaio e mezzo di miscela 5 spezie. Immergervi il filetto e mettete a marinare in frigo per 24 ore, rigirandolo ogni tanto in modo che tutta la carne goda dei sapori e dei profumi della marinatura.
Scolate infine il filetto dalla marinata (conservatela come condimento) e mettetelo in una teglia foderata di carta da forno. Infornate a 180 °C per circa 20 minuti. (Se avete un termometro a sonda, potete misurare la temperatura: la cottura è perfetta quando il cuore del filetto è a 40-42 °C.
Sfornate il filetto, fatelo riposare per 5-10 minuti, poi tagliatelo a fette di 1 cm.
Servitelo subito condito con un filo della marinata e uno di olio extravergine e, a piacere, con qualche fiocco di sale.

Meringa soffice al pistacchio con composta di rabarbaro

«È una delle ricette più apprezzate qui alla residenza britannica, considerando l'utilizzo del rabarbaro, molto british. Fu creata per la prima visita italiana del premier britannico David Cameron, che arrivò con un preavviso brevissimo. Cercavo un dessert leggero adatto per un lunch di lavoro. Per la salsa ci venne incontro il nostro orto, dove erano state seminate piante di rabarbaro. Fu sorpreso di trovare qualcosa di veramente inglese lontano da casa... a new home, away from home!».

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g panna fresca montata
240 g zucchero
50 g pistacchi non salati sgusciati
3 albumi
3 gambi di rabarbaro
amido di mais
aceto di lamponi o di mele
arance (rosse, in stagione)
foglioline di menta – sale

Montate a neve gli albumi con un pizzico di sale. Continuate a montare incorporando poi, un po' alla volta, 190 g di zucchero fino a ottenere un composto lucido e madreperlaceo. Aggiungete quindi l'amido di mais, 1 cucchiaino di aceto e infine i pistacchi, tritati grossolanamente.
Foderate una teglia con carta da forno e distribuitevi la meringa in 6 «montagnole» opportunamente distanziate. Infornate a 140 °C per 40 minuti circa. Sfornate le meringhe e lasciatele raffreddare: avranno una consistenza croccante fuori e soffice, tipo marshmallow, all'interno.
Mondate il rabarbaro eliminando i filamenti e tagliatelo a tocchetti di 3 cm circa. Portate a ebollizione 100 g di succo di arancia con 50 g di zucchero, unite i tocchetti di rabarbaro e lasciate sul fuoco 30 secondi. Spegnete il fuoco e fate raffreddare in modo da ammorbidire un po' il rabarbaro, ma lasciandolo al dente. Cuocete un po' più a lungo alcuni pezzetti di rabarbaro e frullateli con poco succo di arancia in modo da ottenere una salsa fluida (per sicurezza, passatela in un colino a maglia fine) e fate raffreddare.
Mettete le meringhe in piatti da dessert, completate con una cucchiaiata di panna montata, 2-3 pezzetti di rabarbaro, 2 fettine di arancia pelata a vivo, un filo di salsa e una fogliolina di menta.

MERINGA SOFFICE AL PISTACCHIO CON COMPOSTA DI RABARBARO

ALL'ULTIMO MOMENTO

Siete appena tornati da un weekend? Non avete fatto in tempo a fare la spesa? Niente panico: si può cucinare, e bene, con gli ingredienti che si hanno sempre in casa. Qui trovate la nostra lista, con 4 ricette semplici e sorprendenti

Ricette
DAVIDE BROVELLI
Testi
LAURA FORTI
Foto
RICCARDO LETTIERI
Styling
BEATRICE PRADA

I NOSTRI «INDISPENSABILI»

- ☑ ACCIUGHE
- ☐ ACETO
- ☐ AGLIO
- ☑ BISCOTTI
- ☑ BURRO
- ☑ CAFFÈ
- ☐ CAPPERI
- ☑ CIPOLLA
- ☑ ERBE AROMATICHE (SALVIA, ALLORO, ROSMARINO)
- ☑ FARINA 00
- ☑ GRANA PADANO
- ☑ LATTE
- ☐ LEGUMI IN SCATOLA
- ☐ LIEVITO PER DOLCI
- ☑ LIMONE
- ☑ MIELE
- ☑ OLIO EXTRAVERGINE
- ☑ OLIVE
- ☐ PANE O CRACKER
- ☐ PASTA
- ☐ PATATE
- ☑ PEPE
- ☐ PEPERONCINO SECCO
- ☑ POLPA O PASSATA DI POMODORO
- ☑ RISO
- ☑ SALE
- ☐ SENAPE
- ☐ TONNO IN SCATOLA
- ☑ UOVA
- ☑ ZUCCHERO

✓In rosso gli ingredienti utilizzati in queste ricette

Seguiteci, scriveteci e mandateci le vostre ricette #conquelchecè

Frittatina o pizza?

Impegno Facile
Tempo 10 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

3 uova
passata di pomodoro
olive – acciughe
olio extravergine di oliva
latte – sale – pepe

Sbattete le uova con un cucchiaio di latte, sale e pepe.
Cuocetele in una padellina da crêpe con un filo di olio, per 3 minuti, con un coperchio.
Condite 2 cucchiai di passata di pomodoro (se avete la polpa, schiacciatela un po' con una forchetta) con un filo di olio, sale e pepe. Distribuitela sulla frittatina. Aggiungete qualche oliva snocciolata e 3-4 filetti di acciuga. Se le avete, profumate con erbe aromatiche fresche.

Amici all'improvviso? Non avete niente per accompagnare la birretta? Con questo insolito snack risolvete l'aperitivo

PANCAKE SALATI CON SALSA AL GRANA

RISOTTO CON LIMONI DOLCI E CAFFÈ

CREMA PASTICCIERA AL LIMONE

Pancake salati con salsa al grana

Impegno Medio
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PEZZI

125 g **latte** – 75 g **farina**
40 g **burro** – 2 **uova**
Grana Padano Dop
olio extravergine di oliva
sale

Dividete i tuorli dagli albumi; in una ciotola, mescolate i tuorli con la farina, il latte, 2 cucchiai di grana grattugiato, sale e 20 g di burro fuso.
Montate gli albumi a neve e aggiungeteli ai tuorli.
Cuocete i pancake uno per volta, adagiando il composto a cucchiaiate in una padellina calda (ø 10 cm), unta con un po' di burro: 2 minuti su un lato, 1 minuto sull'altro. Otterrete circa 10 pancake.
Stemperate 100 g di grana grattugiato con 100 g di acqua calda, poi unite 20 g di olio.
Servite i pancake con un altro pizzico di sale, profumando a piacere con aghi di rosmarino e accompagnando con la salsa.

Risotto con limoni dolci e caffè

Impegno Medio
Tempo 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g **riso**
2 **limoni** – **cipolla**
miele – **caffè in polvere**
burro – **sale**

Grattugiate la scorza di un limone, poi spremetelo per ottenere il succo.
Tagliate a fette sottili l'altro limone; scaldate in una padella un cucchiaino di miele con un cucchiaino di acqua; unite le fette di limone, portate a bollore e spegnete. Fate riposare fino a cottura del riso.
Tritate mezza cipolla e fatela appassire in una casseruola con una noce di burro.
Aggiungete il riso e tostatelo per 1-2 minuti, quindi bagnate con il succo di limone. Aggiungete quindi un mestolo di acqua salata bollente e portate a cottura il risotto aggiungendo altra acqua poca per volta, in 15-18 minuti.
Mantecate il riso con una noce di burro. Profumate con la scorza di limone grattugiata e completatelo con le fette di limone candito e polvere di caffè.

Crema pasticciera al limone

Impegno Facile
Tempo 15 minuti più 30 minuti di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g **latte**
100 g **zucchero** – 30 g **farina**
6 **tuorli** – **limone**

Portate a bollore il latte con 2 scorzette di limone, per profumare.
Sbattete i tuorli con lo zucchero e la farina.
Versate il latte caldo, filtrandolo, sopra i tuorli, quindi rimettete tutto nella casseruola e fate cuocere per 2 minuti, mescolando.
Spegnete e lasciate raffreddare, coprendo con un foglio di pellicola alimentare o con carta da forno appoggiata a contatto.
Servite la crema semplice oppure completandola a piacere: con biscottini sbriciolati, amaretti, cornflakes, frutta secca, mirtilli o altra frutta fresca.

IL CIELO SOPRA TORINO

Sarà sempre più stellato? Le premesse ci sono: negli ultimi mesi si sono fatti strada giovani cuochi promettenti e nuovi ristoranti di design

Testi SARA MAGRO, Foto JACOPO SALVI

Christian Costardi. Insieme al fratello Manuel firma il ristorante gastronomico di EDIT: in carta i loro piatti forti, come il risotto di Vercelli in lattina. Nella pagina accanto, il cortile di Palazzo Carignano visto con il naso all'insù.

Non fermatevi all'apparenza austera. Aprite porte, prendete ascensori, addentratevi. La Torino di oggi sperimenta, organizza festival di arte contemporanea, cinema, libri, musica e tanto, tantissimo cibo. Ogni due anni ospita Terra Madre Salone del Gusto (20-24 settembre, *salonedelgusto.com*), e quest'anno, l'11 e 12 giugno, vi si svolgono le finali europee del Bocuse d'Or, la più importante competizione tra i migliori giovani chef, in gara per il titolo mondiale di gennaio 2019 a Lione. Insomma, io tifo per la città sabauda. E spiego perché evitando tutte le sviolinate sul numero di start up, visionari, intellettuali, caffè storici, opere d'arte pubblica contemporanea come pochi altri posti in Italia.

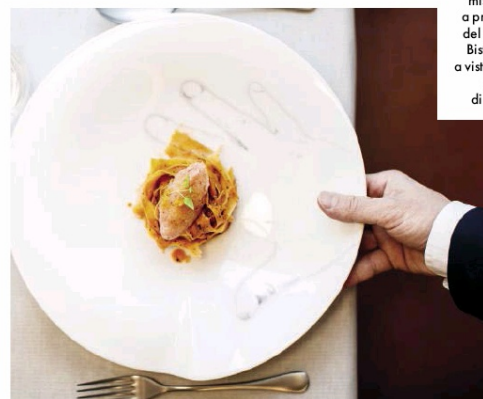
Il futuro in una Nuvola

A giugno apre Nuvola, un progetto a cui Lavazza lavora da qualche anno per creare una nuova piazza, un museo e un ristorante, l'attesissimo Condividere, con Federico Zanasi come chef, Ferran Adrià come consulente e il premio Oscar Dante Ferretti alla scenografia, secondo la nuova tendenza di incaricare i professionisti di Hollywood per creare stage di vita quotidiana. →

Vitello tonnato

«Pulisco un chilo e mezzo di girello di vitello e lo lego con lo spago. Lo rosolo in padella e poi lo cuocio in forno a 85 gradi; lo sforno quando al cuore misura 50 gradi. Per la salsa, monto cinque uova sode con 75 grammi di acciughe dissalate, 50 di capperi e 100 di olio extravergine; aggiungo poi 600 grammi di tonno sott'olio sgocciolato, un cucchiaino di aceto balsamico e una cucchiaiata di acqua minerale. Servo la carne a fettine con la salsa».

Lo scalone d'onore dell'NH Collection Torino Piazza Carlina, il ristorante dell'hotel e lo chef peruviano Alexandre Robles.

Da sinistra, in senso orario, il pescivendolo Beppe Gallina al mercato di Porta Palazzo e il cartoccio di fritto misto che prepara a pranzo; la brigata del Cannavacciuolo Bistrot nella cucina a vista e i loro tagliolini con quenelle di gamberi crudi.

Primo: fare la spesa bene

Il mercato di Porta Palazzo invece è un ritrovo storico, multietnico e affollato, con qualche venditore 2.0, come Beppe Gallina, considerato il migliore pescivendolo, senz'altro il più bello, che a pranzo prepara un cartoccio di fritto misto e pochi altri piatti. «I 15 euro meglio spesi di sempre», dice Adriano Marconetto, imprenditore e gran gourmet, aggiornato sui migliori indirizzi. Di lavoro si parla più volentieri a tavola. Perciò i free lance, che usano spesso i ristoranti come ufficio, sono ormai sapienti gastronomi, come una volta i camionisti. «Sull'altro lato della piazza c'è Hafa Storie, nato dalla collaborazione tra Christian Milone, stella Michelin alla Trattoria Zappatori di Pinerolo, e Hafa Café: tajine e trifula e altri abbinamenti tra piatti marocchini e classici torinesi».

Secondo tradizione

A proposito di classici, i ricorrenti sono: vitello tonnato, agnolotti del plin (ravioli di carne), tajarin (tagliolini di pasta fresca), brasato e bonet (budino di cioccolato agli amaretti). Evitarli in una spedizione torinese sarà impossibile, dalla trattoria all'alta cucina. Nel ristorante Del Cambio, il più antico della città, Matteo Baronetto, stella Michelin e vent'anni con Cracco, li propone doppi, in versione originale, stile Artusi, e moderna, «un po' per ridimensionare il mito del passato, un po' per dimostrare che oggi preferiamo pietanze più leggere». Il ristorante stesso è così, da un lato i velluti, gli stucchi e le dorature e il tavolo del Conte di Cavour sempre allo stesso posto; dall'altro i tavoli disegnati da Martino Gamper e gli specchi di Michelangelo Pistoletto. È sempre pieno, pranzo e cena, e così il bar sopra per l'aperitivo con jazz live e dj la domenica, e l'ex farmacia di fianco, dove si ordina tutto il giorno da un menu di pochi piatti e dolci da acquolina istantanea. «Sull'onda della bistronomia», dice Baronetto, «hanno aperto posti che non puntano solo sulla cucina, ma sull'accoglienza: servizio, posizione, atmosfera. Oggi conta l'esperienza, non solo quello che c'è nel piatto».

La nuova bistronomia

Un esempio è il bistrot di Cannavacciuolo, dove i passanti chiedono il permesso di fotografare l'insegna. Tranquilli: chiunque può fotografare una porta. Non è un altare, è solo il ristorante di un cuoco famoso in tv. C'è da chiedersi piuttosto perché non entrino e non si tolgano lo sfizio di una buona cena. È vero, non è economico, ma una volta all'anno si può fare, almeno per assaggiare quel «tonno vitellato» che ribalta la tradizione, con riduzione di fondo di vitello, maionese di bottarga e polvere di capperi, e un calice dei loro Champagne naturali e spumanti italiani.

Formazione e ispirazione

Più fedele alla categoria bistrot, anche nei prezzi, è La Limonaia di Cesare Grandi. Per diventare cuoco, ha finito la facoltà di Agraria, si è specializzato in scienze gastronomiche all'università di Slow Food, nella vicina Pollenzo, e studiato la cucina di Davide Scabin e Fulvio Pierangelini. «La mia musa però è la materia prima. Se il Gianni di Porta Palazzo dice che oggi ha uova d'oca e cime di rapa, le compro, poi penso a come cucinarle. L'altra fonte di ispirazione è la tradizione, che →

Da sinistra, in senso orario, la bagna cauda di Casa Vicina, ristorante gourmet nel primo negozio di Eataly; tajine da Hafa Storie, dove si mangia cucina marocchina e torinese con supervisione del neostellato Christian Milone; una delle tapas del Bar Cavour Del Cambio e Matteo Baronetto, cuoco dello storico ristorante.

è sempre meglio eseguire tal quale. Un esempio sintetico del mio percorso è il "Cardo e animelle di agnello"». Ma i suoi grissini salati sono una poesia.

Cibo di strada ma evoluto

Da Cesare mi accompagna Daniela Petrone, anche lei cuoca, pasionaria del mestiere. Gestisce il ristorante Laleo di Eleonora Guerini, ex curatrice della guida ai vini del Gambero Rosso e ora braccio destro di Francesca Moretti nella tenuta Petra a Suvereto. Ai fornelli solo donne, tra cui una ragazza nigeriana a cui insegnano il mestiere per un futuro più tranquillo; e nel menu poche cose, fatte al momento: zuppe, pochas, dorate, insalate e torte. «La "pocha"», spiega Daniela, «è una tasca di pane fatto da noi con farine macinate a pietra, e ripieno a scelta. La dorata è una palla di risotto variamente condito e fritto, da passeggio». Chi vuole però si può fermare a mangiare lì: pochi tavoli, tanti libri e riviste da sfogliare.

Buona hôtellerie=buona cucina

La location per un ristorante conta, eccome. E i due alberghi più belli della città, Turin Palace e NH Collection Torino Piazza Carlina, hanno dedicato uno spazio di riguardo ai rispettivi cuochi. Stefano Sforza, stage da Ducasse e interesse per fermentazioni e fiori edibili, prima di tutto sa fare il vitello tonnato e gli agnolotti come si deve. Poi si sbizzarrisce con piatti originali come il bianco e il nero di seppia, la pasta cotta in camomilla, e tè kombucha, abbinati per favorire il sonno. All'NH Carlina, il cuoco residente Alexandre Robles, peruviano, prepara anche ceviche e causa di patate, delle sue terre. I torinesi ci vanno, sperimentano volentieri le loro cucine fusion, con la garanzia però di trovare sempre i piatti del cuore.

Vegetariano in grattacielo

Posizione strepitosa è quella di Piano35, in una serra bioclimatica a 150 metri, nel Grattacielo Intesa Sanpaolo di Renzo Piano. Il ristorante è stato concepito con l'università di Pollenzo, dove si è laureato Fabio Macrì, uno dei pochi cuochi in Italia a proporre un menu degustazione vegetariano, compresi i plin di ricotta con burrata di bufala locale. «Era un esperimento ma, visto il successo anche tra gli onnivori, lo manteniamo, pur continuando a fare la gricia», commenta Macrì. Un po' più in su, c'è il bar gestito dal campione mixologist Mirko Turconi, che serve i drink con libri di pirati da guardare. Ma l'avventura è trovarsi a quell'altitudine, sospesi tra una giungla di impalcature e finestre che guardano fino alle Alpi.

Mangiare è un'arte

Alla Fondazione d'arte di Patrizia Sandretto Re Rebaudengo, il figlio Emilio ha creato Spazio7, un ristorante di cui si parla molto a Torino, grazie alla crescita esponenziale di Alessandro Mecca, trentenne talentuoso, figlio di ristoratori, che parte da una semplice scaloppina, la condisce con «burro» estratto dal sugo d'arrosto e la sala con il caviale. «Togliamo il superfluo e lavoriamo su tecnica e forma, come le opere che ci circondano». Così nascono piatti come il porro ricostruito, che sembra appena colto ma è frutto di un lungo processo di trattamenti, e il voluttuoso Rossetto e cioccolato, un gelo di frutti rossi su cioccolato e lampone liofilizzato.

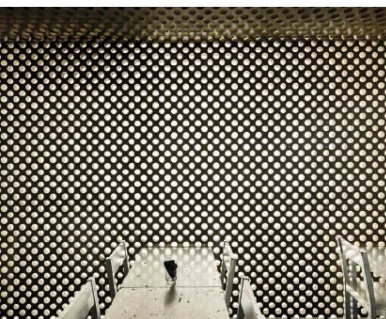
Fornelli in affitto

Il progetto di Marco Brignone, imprenditore settantenne, è ambizioso: applicare al food&beverage concetti come il coworking e la sharing economy. Ha acquistato lo stabilimento di Incet alla →

«Anullot del plin»

«Faccio la pasta con farina e tuorli. Per il ripieno, arrostisco in forno, per 30 minuti a 200 gradi e poi per 50 a 170 gradi, capocollo e pancetta fresca di maiale, vitello (due etti per tipo di carne) e due cosce di coniglio. Alla fine filtro e riduco il sugo dell'arrosto e finisco di cuocere le carni per 15 minuti con sedano, carota e verza stufati e un etto di salsiccia. Trito tutto e farcisco i ravioli. Li cuocio e li condisco con il sugo ristretto e granella di nocciole».

Lo scalone d'onore del Turin Palace; la sala da pranzo del Les Petites Madeleines all'interno dell'hotel; Stefano Sforza, chef del ristorante e, sopra, i suoi agnolotti del plin al sugo di arrosto e granella di nocciole.

Da sinistra, in senso orario, Daniela Petrone e Tina Zuccadelli di Laleo e la loro zuppa di pomodoro; Cesare Grandi della Limonaia e il suo panino al vapore con pancia di Mora romagnola; il ristorante Condividere all'interno del nuovo palazzo Nuvola Lavazza. In basso, il ristorante Spazio7 della Fondazione Sandretto Re Rebaudengo e lo chef Alessandro Mecca con una cernia di 10 kg.

periferia di Torino, e con l'aiuto di un acceleratore è nata la start up EDIT (Eat Drink Innovate Together), con vari ristori nello stesso spazio: bakery-caffè stile Starbucks; birrificio sperimentale per chi vuol cimentarsi nell'arte della pastorizzazione, con menu firmato dal pizzaiolo-celebrity Renato Bosco e da Pietro Leemann, unico stellato italiano di cucina vegetariana. Il ristorante è affidato ai fratelli Costardi, una stella Michelin al Ristorante Cinzia di Vercelli, che propongono i loro piatti forti, come il risotto in lattina che beffeggia le dozzinali zuppe Campbell's. Si mangia intorno alla cucina a vista, al tavolo social o nel privé tra una pioggia di cristalli luccicanti. Di accompagnamento si ordinano i cocktail gastronomici di Barz8, studiati da Salvatore Romano e Luigi Iula. Infine c'è uno spazio con quattro cucine «condivise» da affittare per sperimentazioni d'ogni sorta, e presto saranno inaugurati i loft di design per affitti brevi.

Come a casa (quasi)

La prima start up torinese è stata Eataly, dieci anni fa. Moltiplicati i negozi in Italia e nel mondo, resta un modello attuale, con il supermercato di qualità, cibo di strada e ristorante stellato, che a Torino è Casa Vicina, affidato a una famiglia di ristoratori da cinque generazioni. «Siamo cresciuti in una cucina casalinga. Noi l'abbiamo resa solo un po' più tecnica», dice Claudio Vicina, ora ai fornelli. Per esempio, la bagna cauda è servita in un bicchiere da vermut da cui traspaiono in strati colorati gli ingredienti: barbabietola, cavolfiore, carota, zucchina e peperone tostato e sopra un ragù freddo di acciughe del Cantabrico emulsionate con purè di aglio, passata di pomodoro e olio, tutto cotto a bassa temperatura.

L'outsider

Nella schiera dei trentenni che stanno rivitalizzando la scena gastronomica torinese c'è anche Christian Mandura. Il ristorante è il Geranio, della mamma, che a pranzo cucina per i commessi viaggiatori alla periferia di Chieri. La sera entra in scena Christian che, dopo le esperienze a Copenaghen, è tornato con idee di foraging e cucina vegana. «È un predestinato», sostiene l'amico Adriano Marconetto che mi ha portato da lui. Presto aprirà anche in centro, dove già organizza cene-evento a Palazzo Saluzzo Paesana. Scommettiamo che di lui come degli altri sentiremo parlare molto?

FOTO ANDREA GUERMANI

INDIRIZZI WEB

Condividere by Lavazza, *lavazza.it*
Hafa Storie, *hafastorie.it*
Ristorante Del Cambio, *delcambio.it*
Cannavacciuolo Bistrot, *cannavacciuolobistrot.it*
La Limonaia, *lalimonaia.org*
Laleo, *laleo.co*
Les Petites Madeleines al Turin Palace, *turinpalacehotel.com*
Ristorante dell'NH Carlina, *nh-hotels.com*
Piano35, *grattacielointesasanpaolo.com*
Spazio7, *ristorantespazio7.it*
EDIT, *edit-to.com*
Casa Vicina, *casavicina.com*
Geranio, *geranioristorante.it*

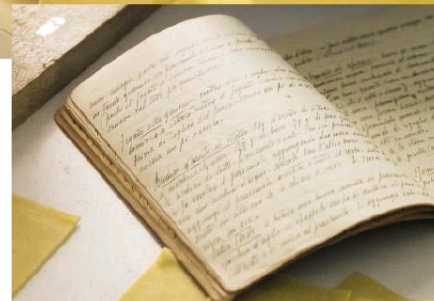
La serra climatica in cima al Grattacielo Intesa Sanpaolo che ospita il bar e il ristorante Piano35. Nelle foto piccole, lo chef Fabio Macrì rifinisce Spigola, cavolfiore, uvetta e patate e, sopra, sempre suo, Maialino, senape e amaretti.

MAMMA, RACCONTAMI
DI QUELLA SERA A CENA

Rosa Pempinello ha intervistato sua madre, Donna Imma, che si è messa ai fornelli per premi Strega ed étoile della Scala, grandi amici del suo salotto letterario

Foto MATTEO CARASSALE

«Domenico Rea, lo scrittore di *Ninfa Plebea*, sedeva a capotavola e aveva il grembiule con le iniziali: gli spaghetti, si sa, possono fare brutti scherzi. L'attore e regista Giorgio Albertazzi voleva sempre l'insalata prima della lasagna. Il drammaturgo Carmelo Bene pasteggiava con la birra. La ballerina Carla Fracci apprezzava una torta di ricotta e limone. Per ciascuno di loro ho cucinato sempre qualcosa di diverso, di speciale». Anche se – confesso – non so cucinare, mi piace sentire i racconti di mia madre, da quarant'anni animatrice di un fervido salotto culturale napoletano nonché cuoca appassionata e devota alle tradizioni (nella mia città sono sacre). Donna Imma è un vulcano di idee, è bella e ha un entusiasmo contagioso, tanto che aveva chiesto al grande ballerino Rudolf Nureyev di ballare con lei sul palco del Teatro Bellini! «Quello che non deve mai mancare è quel senso di intimità, di calore e di confidenza che si instaura quando si condivide la tavola», racconta, per una volta intervistata proprio da me. «Conservo gelosamente le ricette in un quaderno degli appunti, che spero di poter regalare alle nipoti, visto che le figlie non hanno ereditato la passione per i fornelli. E poi, oggi cucino meno di una volta, però una lasagna e "due seppie ripiene" si fa sempre in tempo a farle». Leggete come nelle ricette delle prossime pagine.

A destra in alto, Imma Pempinello con Rudolf Nureyev al Teatro Bellini di Napoli e, sotto, con Eduardo De Filippo in occasione di un recital che l'attore fece con Carmelo Bene. Nelle altre foto e nella pagina accanto, Donna Imma, le lasagne e il suo quaderno delle ricette.

Lasagna primavera

«Il 26 dicembre invitavo sempre gli amici per la "Tombola Parlata". Una volta Domenico Rea, per noi Mimì, disse che avrebbe voluto assaggiare la lasagna di verdure, la specialità di mia madre Michela. Da allora il menu della tombola subì una variazione. In una di quelle sere, complice Mimì fresco di Premio Strega (assegnato ogni anno, dal 1947, al miglior romanzo italiano), iniziammo a progettare una serata in cui Carmelo Bene e Giorgio Albertazzi avrebbero condiviso il palcoscenico. La scomparsa prematura di Rea sconvolse i piani. Mia figlia Annie ha dedicato a questo evento una poesia».

Lavate e mondate melanzane, zucchine e peperoni. Tagliate le verdure a rondelle non troppo sottili e friggetele in olio di oliva. Preparate una salsa di pomodoro con aglio (da far saltare e poi togliere) e abbondante basilico. Lessate al dente le lasagne e adagiatele su un ripiano. Tagliate a pezzetti la mozzarella. In una teglia versate un mestolo di salsa e adagiate un primo strato di lasagne. Aggiungete le verdure fritte, i pezzetti di mozzarella, formaggio grattugiato e un mestolo di salsa. Quindi fate un secondo strato di lasagne procedendo come prima. Terminate con uno strato di lasagne irrorate di sugo e coperte di formaggio. Infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Fate riposare per 7-8 minuti prima di servire.

Che cosa serve
1 kg di pomodori passati, 600 g di lasagne, 400 g di mozzarella, 4 melanzane, 4 zucchine, 4 peperoni, formaggio grattugiato, aglio, basilico, olio extravergine di oliva, sale.

Seppie ripiene

«In estate le cene si trasferivano nella casa di Capri. Tiravamo l'alba sotto gli alberi di limone e nel profumo dei gelsomini. Il piatto forte erano le seppie ripiene. Un sera Giorgio Albertazzi arrivò in anticipo. Le luci in giardino erano spente. Lui sgattaiolò in cucina e le seppie gli parvero "uova alla monachina" (ricetta tipica caprese). Ne addentò una e ne rimase stregato, tanto da parlarne in un'intervista: "Adoro quel piatto che mangio da Imma". E tutti per un po' andarono alla ricerca del misterioso ristorante. Un giornalista, sapendo della nostra amicizia, mi chiese di indicarglielo: lo invitai a cena e l'equivoco si chiarì. Ma il ricordo più dolce è legato al tenore Giuseppe Di Stefano: gli preparavo le seppie tutte le volte che era a Napoli. E lui dopo cena mi dedicava un'aria dalla Tosca, accompagnato al piano da mio marito».

Aprite le seppie e pulitele senza romperle. Preparate un ripieno con mollica di pane precedentemente bagnata in un po' di acqua, pinoli, uvetta, olive nere snocciolate, un pizzico di sale. Aglio e prezzemolo, se graditi. In una padella cuocete i tentacoli con poco olio; quando sono cotti, tagliuzzateli e aggiungeteli al ripieno. Farcite i sacchi delle seppie e metteteli in una teglia o in padella. Irrorate con olio d'oliva e un bicchierino di vino bianco, procedete alla cottura in forno o in padella. Per la cottura in forno occorrono circa 30 minuti a 180 °C. Anche in padella servono circa 30 minuti, girandole ogni tanto senza romperle. Se le seppie sono grandi e molto fresche, cuocetele un po' di più, se invece sono piccole, meglio legarle con un filo oppure con uno stecchino.

Che cosa serve

Seppie, mollica di pane, olive nere, uvetta, pinoli, aglio, prezzemolo, vino bianco, olio extravergine di oliva, sale.

Insieme da 47 anni, Donna Imma e il professor Raffaele Pempinello, primario infettivologo, brindano a *La Cucina Italiana*. Nelle altre foto, la farcitura delle seppie e il piatto finito.

DOVE L'ERBA SA DI MARE

Dai pascoli di altura e dalle gelide acque dell'oceano arrivano prodotti di eccellenza assoluta. Che la nuova cucina irlandese, trainata dalla rivoluzione dei «gastropub», valorizza con originalità e freschezza. Facendo sembrare preistoria una tradizione di patate e massicci stufati

Testi FILIPPO CERRINA FERONI, *Foto* MATTEO CARASSALE

Barche di pescatori allineate sul molo del porto di Boastrand Pier, sulla costa irlandese orientale. Qui ha sede la Dunabrattin Fishermen & Community, dedita alla pesca di aragoste e altri crostacei e promotrice di un centro di salvataggio in mare.

Si diceva che gli irlandesi, così come gli inglesi, a tavola non andavano oltre patate, roast-beef e stew, l'ottimo stufato di manzo. Oggi (per fortuna) le cose non stanno più così nell'isola che ha adottato il leggiadro *shamrock*, il trifoglio, come suo simbolo. Finalmente consci delle proprie ricchezze naturali – la pioggia per un giorno su tre all'anno, l'erba dei pascoli in altura, l'abbondanza e la qualità della fauna ittica, il clima mite per la Corrente del Golfo – hanno cominciato a trasformare in cucina i prodotti freschi della loro terra e del loro mare, sconvolgendo abitudini alimentari di secoli.

Quasi due terzi della superficie dell'Irlanda oggi sono destinati all'agricoltura, l'80 per cento dei quali coltivati a erbaggi e il 55 per cento della produzione si fonda su allevamenti bovini e ovini.

L'oro bianco della contea di Waterford

In una delle regioni più colpite dalla terribile carestia del 1848, la rivincita ha il sapore del latte, dei formaggi a latte crudo, della carne, ma soprattutto il profumo dell'erba bagnata. Il segreto della loro bontà infatti sta tutto nei magnifici pascoli.

Per capire che cosa mangiano gli irlandesi partiamo da Waterford. Nella più antica città dell'isola, fondata dai Vichinghi sulla costa sudorientale, Slow Food organizza tutti gli anni ai primi di settembre il Waterford Harvest Festival, un grande mercato di prodotti tipici della contea, condito con dimostrazioni culinarie, visite guidate ai produttori, spettacoli di strada e degustazioni. Ogni sabato però ce n'è un assaggio al mercato degli agricoltori in Jenkins Lane. Qui si può trovare il *blaa*, uno speciale panino molto soffice, prodotto in uno dei quattro forni storici della città. La ricetta è segreta e la Commissione Europea ha attribuito al *blaa* il marchio di Indicazione Geografica Protetta (Igp).

> «Acciottolio di gusci sui nostri piatti. La mia lingua era un estuario in piena, il palato era acceso di stelle» — dalla poesia *Ostriche* di Séamus Heaney —

Il Samuel Beckett Bridge di Dublino progettato dall'architetto spagnolo Santiago Calatrava. In alto, la Barron's Bakery & Coffee House a Cappoquin; forme di formaggio della Knockanore Irish Farmhouse Cheese di Ballyneety; le mele della Apple Farm di Moorstown, tra Waterford e Cork.

Usciamo dalla città in direzione del mare e della Copper Coast, 25 chilometri di scogliere, insenature, spiagge e faraglioni, eletti nel 2004 dall'Unesco a Geoparco Globale. Arrivati sulla costa, superiamo le belle spiagge di Tramore e proseguendo verso sudovest raggiungiamo il porticciolo di Boastrand Pier. Sul molo ha sede la Dunabrattin Fishermen & Community, una comunità locale di pescatori molto attiva, che tiene anche corsi di cucina.

Proseguiamo per Dungarvan, dove troviamo la Dungarvan Shellfish, una delle più rinomate *oyster farm* irlandesi. Un assaggio di ostriche in uno dei pub del paese è doveroso. Lungo tutte le coste dell'isola proliferano anche gli allevamenti di salmone bio e di mitili, e si raccolgono il *carrageen* e il *dillisk* di Sligo, due alghe molto richieste dai ristoranti.

Dalle spettacolari coste ci inoltriamo nell'interno e risaliamo le montagne di Knockanore, paradiso di mandrie e greggi al pascolo brado. Qui, alla fine degli anni '70, un'associazione di casari ha reintrodotto la lavorazione dei formaggi su piccola scala. Poi, con il sostegno di Slow Food Ireland, ha preso coraggio, aumentando negli anni la produzione a latte crudo, come si usava in passato. Nella Valle di Knockanore, in gaelico Cnoc an Óir, la Collina →

Cozze piccanti

Preparate in zuppetta con un saporito brodo di sidro e peperoncino rosso, si possono trovare da L. Mulligan Grocer a Dublino, uno dei «gastropub» più amati della città, insieme con una grande selezione di birre, sidro, gin e whiskey che cambiano a ogni stagione, come i piatti consigliati in abbinamento, tutti basati su prodotti locali. I molluschi arrivano dagli allevamenti della costa orientale come pure dal Connemara e dal Burren.

Salmone, calamari, guanciale e piselli

Trancio di salmone bio affumicato dell'isola di Clare (simile a quello selvaggio, ha una polpa compatta e povera di grassi) con guanciale, calamaro brasato, mousse di piselli e piselli freschi. Lo firma Ross Lewis, lo chef stellato del Chapter One di Dublino, che nella sua cucina indaga con sensibilità il legame tra la terra e il cibo.

dell'Oro, Eamonn e Patricia Lonergan fanno un formaggio con il latte ricco e cremoso di un centinaio di vacche Frisone, utilizzando la tradizionale tecnica del *cheddaring*, cioè il taglio della cagliata in piccoli pezzi per drenare il siero prima di impilare le forme. Forti di un latte eccellente e di un gran lavoro di ricerca, i cheddar di Knockanore Irish Farmhouse Cheese sono oggi esportati in tutto il mondo.

Un po' più a nord facciamo tappa a Cappoquin per comprare il pane nella Barron's Bakery & Coffee House. Esther Barron e suo marito Joe mandano avanti con passione quello che, con ogni probabilità, è il più antico panificio d'Irlanda, fondato dal nonno John nel 1887. Esther panifica con maestria in due forni di mattoni installati da suo padre negli anni '40, che danno alle pagnotte un sapore e un profumo unici e una crosta particolarmente croccante. «Forni come questi richiedono tempi di cottura piuttosto lunghi, ma il mio *slow bread* è magnifico». Salutiamo Esther e saliamo sulle montagne di Knockmealdown, linea di confine naturale tra la contea di Waterford e quella di Tipperary. Qui ci aspettano Joe ed Eileen Condon, che allevano allo stato brado bovini da carne Galloway, un'antichissima

Il segreto della bontà della carne irlandese? Un'erba meravigliosa e animali che pascolano bradi per nove mesi all'anno

razza scozzese a pelo lungo da altura. La carne, certificata bio, si fregia anche della denominazione Omega Beef, che ne attesta l'alto valore nutritivo.

Rivoluzione in cucina

La nuova cucina irlandese è nata intorno agli anni '80 del secolo scorso, nel momento in cui la varietà e la qualità dei prodotti alimentari del paese raggiungevano i massimi livelli. Si cominciò allora a riscoprire i sapori locali originari, a valorizzarli e ad accostarli per ottenere risultati inediti. Oggi, una generazione di giovani cuochi continua ad applicare con successo questa idea culinaria nei locali gourmet contemporanei.

A Dublino la torta se la sono spartita i ristoranti stellati e i nuovi «gastropub», dove con la birra si mangiano piatti di alta cucina. Scegliendo questa formula Michael Foggarty, Colin Hession e Seaneen Sullivan nel 2010 hanno comprato il L. Mulligan Grocer, un antico pub dello storico quartiere di Stoneybatter, a nord del fiume Liffey, con l'intenzione dichiarata di puntare molto sul cibo. Il menu, infilato tra le pagine di vecchi libri a cui dare un'occhiata in attesa dell'ordinazione, è stagionale e cambia ogni settimana. Nella sua nuova versione da gastropub propone piatti della cucina tradizionale irlandese rivisitata, accompagnati da ottime birre artigianali che non comprendono la famigerata Guinness. Per il dessert l'abbinamento proposto è con una vasta selezione di whiskey irlandesi. Le specialità del locale sono il Black Pudding, sanguinaccio, e lo Scotch Egg, un uovo bollito riempito di carne di maiale tritata e arricchita con cumino, sale e pepe di Cayenna, impanata con pangrattato, salvia e parmigiano (una vera bomba!). Il locale mantiene l'atmosfera e l'arredamento di un pub irlandese, con qualche simpatica eccezione. Tipo le lettere dello Scarabeo utilizzate come segnaposti sui tavoli di legno massello.

Mi sposto in Lower Pembroke street, nel cuore della Dublino georgiana, per sperimentare un gastropub quasi tutto →

L'entrata di Leinster House di Dublino, sede del Parlamento. Sotto, a sinistra, il filetto di manzo Dundalk su un letto di patate al forno preparato dal ristorante The Chop House. In alto, lo staff di Matt The Thresher, il primo «gastropub» della città tutto dedicato ai prodotti di mare.

Ogni sabato mattina, a Dublino, si apre il Temple Bar Food Market, dove aziende agroalimentari locali e coltivatori diretti vendono i loro prodotti biologici

Mickael Viljanen, il giovane cuoco finlandese del Greenhouse, tra i migliori ristoranti di Dublino. A sinistra, uno dei suoi piatti simbolo, la Madeleine al latte, sedano, cetriolo, aneto, finocchio e polline di mimosa.

dedicato ai prodotti di mare: Matt The Thresher, il locale di proprietà di Jimmy e Charlotte Lyons, con Stephen Caviston come chef, serve il miglior fish & chips della città, e anche le fantastiche ostriche di Carlingford Lough, nel Nordest dell'isola. Nel 2011, durante la visita in Irlanda del presidente Obama, Michelle volle visitare questo gastropub proprio per i nobili molluschi. Abbiamo anche noi avuto l'onore dell'assaggio: la tappa è imperdibile, garantito.

Volendo provare poi un vero ristorante, quasi all'unanimità mi consigliano Mickael Viljanen, lo chef stellato del ristorante The Greenhouse. Nato a Stoccolma e cresciuto in Finlandia, si è affermato molto giovane in Irlanda, con il suo riuscito mix di sapori irlandesi e nordici. Dal 2012 è a Dublino nel ristorante di Eamonn O'Reilly, dove esprime tutta la sua creatività partendo da una buona base di prodotti tradizionali. Il ristorante si trova in Dawson Street, a due passi dalla National Gallery of Ireland. Mickael ama i contrasti estremi: forte acidità alternata a improvvise dolcezze. Come nel Foie gras reale, con mela, noce caramellata e anguilla affumicata o nelle Madeleine al latte, sedano, cetriolo, aneto, finocchio e polline di mimosa. Nel 2016 ha ottenuto la prima stella Michelin.

In Shelbourne Road al numero 2, in un ex pub che per anni ha spillato fiumi di birra dopo le partite di rugby del vicino Aviva Stadium, dal dicembre 2009 c'è The Chop House. È il tempio della carne irlandese, dove Kevin Arundel, il titolare, e Kevin Gallagher offrono i tagli più pregiati di manzo Hereford o di Angus in piatti molto ben costruiti.

Mi rendo conto che è sabato e che alle dieci di mattina, in Meeting House Square, nel famoso quartiere «gastromusicale» di Temple Bar, si apre il Temple Bar Food Market, un mercatino biologico di prodotti provenienti dalle fattorie intorno a Dublino. Ci vado e mi sembra di riconoscere tra i venditori allevatori, coltivatori e pescatori che avevo incontrato nella contea di Waterford. A questo punto il cerchio è chiuso e, soddisfatto, mi concedo una mezza dozzina di ostriche, bagnate da una pinta di Guinness.

INDIRIZZI **Barron's Bakery & Coffee House**, Cappoquin, *barronsbakery.ie* – **Knockanore Irish Farmhouse Cheese**, Ballyneety, Knockanore, *knockanorecheese.com* – **The Apple Farm**, Moorstown, Cahir, *theapplefarm.com* – **Omega Beef**, Clashavaugha, Ballymacarbry, Clonmel, *omegabeefdirect.ie* **L. Mulligan Grocer**, Dublino, *lmulligangrocer.com* **Matt The Thresher**, Dublino, *mattthethresher.ie* – **The Greenhouse**, Dublino, *thegreenhouserestaurant.ie* – **The Chop House**, Dublino, *thechophouse.ie* – **Chapter One**, Dublino, *chapteronerestaurant.com*

INFORMAZIONI PRATICHE **Come arrivare:** si vola da Milano e da Roma a Dublino andata e ritorno con Aer Lingus (*aerlingus.com*), da Bergamo e da Roma con Ryanair (*ryanair.com/it*). **Dove dormire:** a Dublino, Riu Plaza The Gresham Dublin, doppia con colazione 185 euro (*riu.com*); oppure Academy Plaza Hotel, doppia da 118 euro (*academyplazahotel.ie*). A Waterford, Waterford Castle, doppia con colazione 218 euro (*waterfordcastle.com*). A Dunmore East, poco fuori Waterford, The Strand Inn, doppia con colazione 130 euro (*thestrandinn.com*).

TAGLIO ALL'ORIENTALE

Non sono pinzette e non sono graffette. Le *Spring* sono forbicine (anche per mancini) di acciaio elastico disegnate da Lex Pott per **Nomess Copenhagen** in occasione dell'Handmade Exhibition di Wallpaper nel 2015. E si ispirano ai semplici accessori tradizionali usati dagli artigiani asiatici. *nomess.dk*

MA CHE BELLO SCARABOCCHIO!

Un sottopentola deve essere almeno estensibile e stabile. *Zig-Zag* di **Rig-Tig by Stelton** rispetta queste caratteristiche e ne aggiunge: è colorato, divertente, antiscivolo, facile da usare. Basta tirarlo o accartocciarlo per sostenere ogni tipo di contenitore: pentole, teglie, ciotole. 12,99 euro. *rig-tig.com*

FINIRE IN UNA SPIRALE

Avete provato ad aprire una noce brasiliana con uno schiaccianoci a pinza? E una nocciola? La prima slitta, la seconda è troppo piccola per la presa. Per non parlare dei gherigli che si sparpagliano ovunque. *Sichyuan Easy Open* risolve: un colpo secco sotto la spirale di acciaio, ed è fatta! 17,87 euro. *amazon.it*

TESTI SARA MAGRO

L'OGGETTO MISTERIOSO

LA GENTILEZZA DEL FRUSTINO

Casomai vi venisse voglia di usarlo come arma di autodifesa, consigliamo utensili più efficaci allo scopo, perché il frustino di **Normann Copenhagen** serve solo ad amalgamare prelibati mix per torte, guarnizioni e salse. Il trio tedesco Ding3000 ha infatti disegnato *Beater* per essere maneggevole, leggero, facile da lavare (anche in lavastoviglie) e da riporre: basta slittare l'anello verso l'estremità per riunire le cannucce di nylon colorate in un insieme compatto. 16 euro. *normann-copenhagen.com*

A LEZIONE DAI NOSTRI CUOCHI

PASTA FRESCA

Mescolare, stendere, farcire, tagliare... Tre appuntamenti per mettere in pratica con successo tutti i gesti di un'esperta sfoglina

SCHEDA TECNICA

CHE COSA SI IMPARA A FARE:
Paste bianche e all'uovo (orecchiette, tagliatelle), ripiene (tortellini, cannelloni, lasagne) e colorate (pasta rossa e verde). Salse alle verdure, ragù, brodo, besciamella.

DOVE E QUANDO:
Nelle cucine della nostra scuola, a Milano, in via San Nicolao 7, in tre lezioni di tre ore ciascuna: 2 maggio, ore19-22; 12 maggio, ore 9.30-12.30; 24 maggio, ore 15-18.

QUANTO COSTA E COME ISCRIVERSI:
220 euro il corso completo di tre lezioni oppure 90 euro la lezione singola. I corsi si possono acquistare sul sito della Scuola o telefonando in segreteria: sotto i nostri contatti.

L'INSEGNANTE
Cesare Gasparri, 29 anni, originario di Pesaro, è cresciuto tra sfoglie di pasta tirate a mano. Ha lavorato in ristoranti in Italia e a Londra e oggi è il responsabile dei nostri corsi.

IN PROGRAMMA A MAGGIO

Basi della cucina
Partenza dei corsi nei giorni 2, 12, 21, 29
Il nostro corso più completo e articolato, in sette lezioni, una alla settimana. Per imparare soprattutto tecniche, come quella che si usa per il risotto, per esempio, o per mantecare la pasta. Si possono seguire anche solo le lezioni preferite.

Basi di pasticceria
Partenza dei corsi nei giorni 3, 15, 23
Corso in sette lezioni, una alla settimana. Tutto quello che bisogna sapere sulle paste (frolla, sfoglia, pan di Spagna), le creme (pasticciera, inglese, frangipane), mousse, bavaresi, meringhe. Con una puntata di pasticceria salata.

Baccalà
Giorni 3, 10, 19, 28
Un pesce molto versatile, adatto per crocchette, paste, crostini, ma ottimo cucinato da solo, come protagonista di secondi piatti. Scoprite come acquistarlo, trasformarlo e prepararlo in un'unica lezione di tre ore.

INFO E CONTATTI

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in p.le Cadorna 5, ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004

scuola.lacucinaitaliana.it

Seguici su:

FOTOGRAFIE ARCH. LA CUCINA ITALIANA, G. BRETZEL

FATTO IN CASA

CON I FIORI DEL SAMBUCO

Sbocciano in maggio e si raccolgono quando il pistillo è ancora fresco, in aperta campagna, dove l'aria è pulita. Si fanno fritti in pastella e si usano per preparare uno sciroppo profumato, da provare con la birra o lo spumante, con la macedonia e sul gelato

1

SCIROPPO
Tagliate alla base dell'ombrello 15-20 fiori di sambuco, poi, senza lavarli per non eliminare il profumo, metteteli in un grande barattolo con 4 limoni non trattati tagliati a rondelle e 1,5 litri di acqua. Chiudete il barattolo e lasciatelo riposare a temperatura ambiente per 2-3 giorni, mescolando ogni tanto. Filtrate quindi il liquido: ponete uno scolapasta su una pentola, foderatelo con un canovaccio e versatevi tutto il contenuto del barattolo; chiudete il canovaccio attorno ai fiori e strizzate per spremerne il succo. Unite al liquido lo stesso peso di zucchero e 50 g di aceto di mele e fatelo bollire per 2-3 minuti. Travasatelo subito in bottiglie riempiendole fino a 1 cm sotto il bordo. Chiudetele e conservatele in frigo. Lo sciroppo dura da 2 a 4 mesi.

2

FRITTELLE
Immergete i fiori di sambuco nella pastella per crespelle (500 g di latte, 250 g di farina, 2 uova, un pizzico di sale e di zucchero) e friggete in abbondante olio di arachide ben caldo. Scolate su carta da cucina e servite con zucchero.

3

PANACHÉ
Versate 2 cucchiai di sciroppo in un boccale di birra. Provatelo anche nello spumante, tenendo le stesse proporzioni.

ALLEATO DELLA SALUTE
Ricco di vitamine, oligoelementi e flavonoidi, lo sciroppo di sambuco ha ottime proprietà depurative e drenanti e aiuta ad alleviare i sintomi del raffreddore e della febbre. Se poi state seguendo una dieta dimagrante, un cucchiaio mescolato con yogurt o succo di frutta, preso lontano dai pasti, è un antidoto ideale contro la fame nervosa.

RICETTA J. NÉDERLANTS, FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

MAMMA, HO FAME!

Pacchettini di crêpe: una risposta immediata e originale alle richieste, anche improvvise, dei vostri figli. Per variare la solita merenda o addirittura la colazione, sono facili da preparare anche insieme a loro

LA LISTA DELLA SPESA

Prosciutto cotto a fette, 100 g.

Una scatola di formaggini **Galbani** (con i magneti di Frozen in regalo). Hanno un sapore semplice, una consistenza cremosa, e sono ricchi di calcio.

Piselli freschi sgranati, 200 g.

+

Una confezione di crêpe **Créapan**, pratiche basi pronte da tenere sempre in frigo, per piatti dolci e salati. Basta scaldarle.

LA RICETTA

Impegno Facilissimo
Tempo 20 minuti

PER 4 PEZZI

1 CRÊPE
Riscaldate le crêpe nel forno a 120 °C, per 2 minuti. (Ne avanzeranno due: sicuramente i bambini le mangeranno anche senza la farcitura).

2 RIPIENO
Lessate i piselli in acqua bollente salata per 5-6 minuti e scolateli. Schiacciate 6 formaggini ottenendo una crema. Spalmatela sulle crêpe, unite un cucchiaio di piselli e il prosciutto.

3 COTTURA
Chiudete le crêpe a pacchettino e infornatele nuovamente a 120 °C per 5 minuti, per dare al formaggino una consistenza un po' fondente.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI, 123RF**, STYLING **B. PRADA**

L'INGREDIENTE

QUEL MAZZOLIN DI ERBE

Sei aromatiche combinate anche con porro, sedano, aglio e limone in bouquet molto profumati e in un tradizionale mix tritato. Studiati ciascuno per una carne diversa

BOUQUET GARNI

PREZZEMOLO + SEDANO + ALLORO + TIMO

Famoso classico della cucina francese. Può essere aggiunto a carni, brodi e minestre.

ALLA FRANCESE
È l'usanza di avvolgere il bouquet in una guaina di porro, che dona un aroma in più.

PER IL BRODO DI MANZO

PREZZEMOLO + SEDANO + ALLORO

Occorre tener conto dell'intensità del profumo dell'alloro che va dosato con parsimonia.

NELLA GARZA
Evita che foglioline o altre parti si disperdano nel brodo. Lo spago lungo ne consente il facile recupero.

PER L'OSSOBUCO

SCORZA DI LIMONE + PREZZEMOLO + AGLIO

Questi aromi tritati costituiscono la classica gremolada che nella ricetta dell'ossobuco alla milanese si aggiunge a cottura ultimata.

PER L'ARROSTO DI MAIALE

ALLORO + SALVIA + ROSMARINO

Tre aromi di carattere, si combinano col sapore di questa carne e affrontano bene anche cotture a fuoco vivace.

PER L'ARROSTO DI VITELLO

SALVIA + ROSMARINO

Il loro profumo, pur persistente, non prevarica il gusto delicato della carne.

PER L'ARROSTO DI AGNELLO

ROSMARINO + TIMO + MENTA

Il timo, che regala un accento speziato, e la menta, che dà una nota fresca, sono i due aromi più accostati all'agnello.

FOTOGRAFIE **ARCHIVIO LA CUCINA ITALIANA**

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: www.lacucinaitaliana.it

AIRC airc.it
Alce Nero alcenero.com
Alessi alessi.com/it
Amazon amazon.it
Andalini andalini.it
ASA Selection distr. da Merito merito.it
Assouline assouline.com
Barilla barilla.com
Baule Volante baulevolante.it
Bayernland bayernland.it
Brimi brimi.it
Candy candy.it
Cecchi cecchi.net
Centrotavola Milano centrotavolamilano.it
Cibus cibus.it
Costadoro vinicostadoro.it
Cova covamilano.com
Crêapan creapan.it
Dalla Costa dallacostalimentare.it
D'Amico damico.it
Develey develey.it
Eccellenze Campane eccellenzecampane.it
Excelsior Hotel Gallia excelsior hotelgallia.com/it
Felicia glutenfreefelicia.com
Fior di Loto fiordiloto.it
Galbani galbani.it
Germinal Bio germinalbio.it
GioveLab giovelab.it
Girolomoni girolomoni.it
Granoro granoro.it
Hay hay.dk
Jannelli & Volpi jannellievolpi.it
Koch kochbz.it
La Cremeria gelatimotta.it/brands/la-cremeria
La Spasa laspasa.com
Lavazza lavazza.it
LSA International lsa-international.com
Marcato marcato.it/it
Meggle meggle.it
Mepra mepra.it
Mezzacorona mezzacorona.it
Mila mila.it
Morato moratopane.com
Moronigomma moronigomma.it
MV% Ceramics Design mv-ceramicsdesign.it
Nestlé nestle.it
NH Collection Torino Piazza Carlina nh-hotels.it nh-collection.com
Nomess Copenhagen nomess.dk
Normann Copenhagen normann-copenhagen.com
PackIt distribuito in Italia da KÜNZI kunzi.it
Pratosubito pratosubito.it
Rig-Tig rig-tig.com
Risoli risoli.com
Sephora sephora.it
Sigg distribuito in Italia da KÜNZI kunzi.it
Taste of Milano tasteofmilano.it
Tescoma tescomaonline.com
Tupperware tupperware.it
Turin Palace Hotel turinpalacehotel.com
Valbona valbona.com
Villeroy & Boch villeroy-boch.it
WMF wmf.com
Zara Home zarahome.com/it

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclamio per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n. 199.133.199***, oppure inviare un **fax al n. 199.144.199**. Indirizzo e-mail: **abbonati@condenast.it**.
* Il costo della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per le chiamate da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **www.abbonatiqui.it/abroad**. Subscriptions can be paid by Credit Card (VISA, Mastercard, American Express, Diners), Bank Transfer and Paypal. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39 02 86882869. Prices are in Euro and are referred to 1-year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

LA CUCINA ITALIANA

Condé Nast International

Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse
President: Wolfgang Blau
Executive Vice President: James Woolhouse

The Condé Nast International Group of Brands includes:

UK
Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica

France
Vogue, Vogue Hommes, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style

Italy
Vogue, Glamour, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, La Cucina Italiana

Germany
Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Wired

Spain
Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair

Japan
Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding

Taiwan
Vogue, GQ, Interculture

Mexico and Latin America
Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico

India
Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:
Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour
Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Glamour Style Book

Published under License or Copyright Cooperation:
Australia: Vogue, Vogue Living, GQ
Bulgaria: Glamour
China: Vogue, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design, Vogue Me
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Vogue, GQ, Allure, W
Middle East: Vogue, Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall
Poland: Glamour
Portugal: Vogue, GQ
Romania: Glamour
Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow
South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style, Glamour Hair
The Netherlands: Vogue, Glamour, Vogue The Book, Vogue Man, Vogue Living
Thailand: Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok
Turkey: Vogue, GQ
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast USA

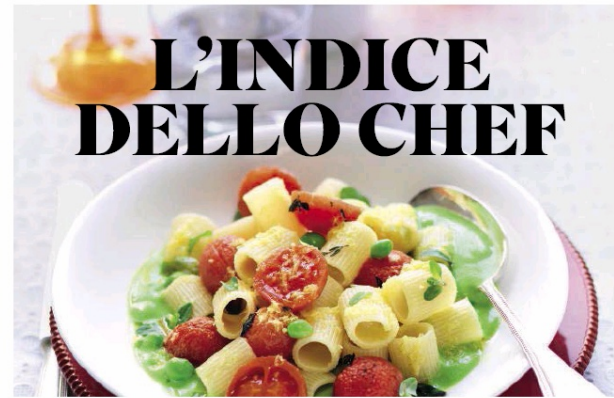
President and Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.
Artistic Director: Anna Wintour

Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, AD, Bon Appétit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Golf World, Teen Vogue, Ars Technica, The Scene, Pitchfork, Backchannel

La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8284 del 03-02-2017

L'INDICE DELLO CHEF

Antipasti

	TEMPO	PAG.
Anullot del plin ★★ ●	3 h	113
Capesante, avocado e friggitelli ★ √	45'	44
Mini burger di ceci con pane agli spinaci ★★ √	1h e 40' (+3h)	45
Pacchettini di crêpe ★	20'	132
Pancake salati con salsa al grana ★★ √	45'	107
Pizzette della Nonna Rosita ★ √	20'	74
Soufflé al cheddar ★★ √	1h	101
Tarte tatin di cipollotti ★★ √	1h e 30'	46

Primi piatti & Piatti unici

	TEMPO	PAG.
Bulgur al pesto di pomodori e treccia di mozzarella ★ √ ●	25'	37
Cappelletti con spuma di pecorino, fave e guanciale croccante ★★	1h	102
Conchiglie allo scoglio «in barattolo» ★★	90'	88
Fusilli alla «carbonara» vegetariana ★ √	35'	87
Insalata tiepida di patate, salmone e salsa allo yogurt ★ √ ●	25'	37
Lasagna primavera ★★ √ ●	1h e 50'	117
Linguine con misto di pomodori ★ √	30'	87
Mezze maniche, crema di piselli, pomodorini e limone ★★ √	45'	48
Minestrone di primavera ★ √ √	40'	49
Ravioli alla spigola ★★★	1h e 45' (+1h)	50
Rigatoni gratinati con crema di porri e pollo ★	80'	92
Risotto alla mela verde ★ √ √	50'	47
Risotto con limoni dolci e caffè ★★ √ √	30'	107
Spaghettini con alici marinate in pesto di crescione ★★ ●	35' (+12h)	91
Strozzapreti salmone, fiori di zucca e acciuga ★	25'	91
Tagliatelle calamari, friggitelli e salsiccia piccante ★	40'	92
Trottole con le primizie ★ √	30'	88
Zuppa di vongole ★ √	10' (+2h)	74

Pesci

	TEMPO	PAG.
Baccalà e piselli ★ √	45'	51
Filetti di gallinella con pesto di fave ★	25'	52
Salmerino, asparagi e bottarga ★ √	25'	52
Seppie ripiene ★★	1h e 30'	118

Verdure

	TEMPO	PAG.
Fiori di zucca ripieni di ricotta e spinaci ★★★ √	1h	54
Gazpacho di pomodori e fragole ★ √ √ ●	20'	53
Giardiniera di verdure con hummus ★ √ ●	35'	57
Insalata mista con friggitelli, cornflakes e pompelmo rosa ★ √	25'	57
Insalata siciliana ★★ √ √	20'	74

Carni e uova

	TEMPO	PAG.
Costine marinate al miele e spezie ★★	2h e 10' (+30')	58
Filetto di manzo marinato alle 5 spezie ★	50' (+24h)	102
Frittatina o pizza? ★ √	10'	105
Manzo alla senape con salsa di avocado ★★	1h	61
Petto di faraona croccante ★	30'	60
Pollo grillettato ★	1h e 10'	28
Uovo barzotto, cialde di lenticchie e bruscandoli ★★ √	40'	58
Vitello tonnato ★★	3h	110

Dolci e cocktail

	TEMPO	PAG.
Bavarese al caffè ★★	1 ora (+14h)	25
Cocktail Citrus ★ √	10'	9
Cocktail Flower power ★ √	10'	9
Cocktail La petite rouge ★ √	10'	9
Crema al limone e biscotti ai fiocchi di avena ★★ √ ●	1h (+2h)	63
Crema pasticciera al limone ★ √ ●	15' (+30')	107
Meringa soffice al pistacchio con composta di rabarbaro ★★ √	1h e 10'	103
Pavlova tropicale ★★ √ ●	2h (+2h)	63
Sciroppo di sambuco ★★ √ √ ●	30' (+3gg)	131
The One and Only Budino ★★ √ ●	30' (+3h)	77
Torta di pere e cioccolato ★★ √ ●	2h e 30'	77
Torta «sbrisolata» ai semi di zucca con composta di fragole ★★ √ ●	1h e 35' (+1h)	64

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti
√ Vegetariana √ Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+1h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate i video delle ricette.

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO
EQUIVALE A:
60 g di ACQUA, VINO, BRODO
65 g di LATTE
55 g di OLIO
50 g di ZUCCHERO SEMOLATO

TAZZA DA TÈ COLMA
EQUIVALE A:
240 g di ACQUA, VINO, BRODO
250 g di LATTE
210 g di ZUCCHERO SEMOLATO
160 g di FARINA
200 g di RISO

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA
EQUIVALE A:
80 g di ACQUA, VINO, BRODO
70 g di OLIO
70 g di ZUCCHERO SEMOLATO
50 g di FARINA
40 g di GRANA GRATTUGIATO

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO
EQUIVALE A:
12 g di ACQUA, VINO, BRODO, LATTE
10 g di OLIO
16 g di SALE GROSSO
14 g di SALE FINO
10 g di ZUCCHERO SEMOLATO
8 g di FARINA
6 g di GRANA GRATTUGIATO

CUCCHIAINO DA TÈ RASO
EQUIVALE A:
4 g di ACQUA, VINO, BRODO
3 g di OLIO
5 g di SALE GROSSO
4 g di SALE FINO
3 g di ZUCCHERO SEMOLATO
2 g di FARINA
2 g di GRANA GRATTUGIATO

MESTOLO RASO
EQUIVALE A:
120 g di ACQUA, VINO, BRODO
125 g di LATTE

PIZZICO
EQUIVALE A:
5 g di SALE GROSSO
4 g di SALE FINO
3 g di ZUCCHERO SEMOLATO

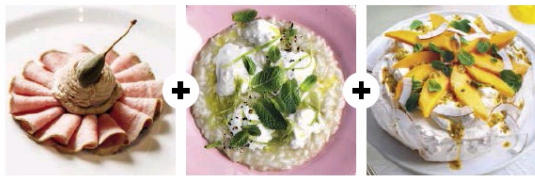
BICCHIERE DA ACQUA COLMO
EQUIVALE A:
200 g di ACQUA, VINO, BRODO
220 g di LATTE
170 g di ZUCCHERO SEMOLATO
130 g di FARINA
160 g di RISO

PUGNETTO
EQUIVALE A:
30 g di RISO
32 g di ZUCCHERO SEMOLATO
24 g di FARINA

menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di maggio

INVITO A CENA

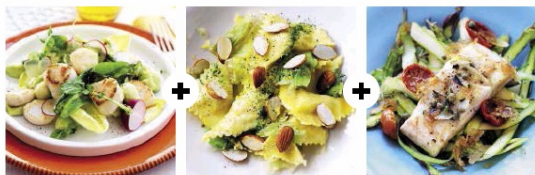
Piatti eleganti e scenografici

Vitello tonnato pag. 110
Risotto alla mela verde pag. 47
Pavlova tropicale pag. 63

IN SEMPLICITÀ

Facilissime, per un incontro informale

Gazpacho di pomodori e fragole pag. 53
Fusilli alla «carbonara» vegetariana pag. 87
Crema pasticciera al limone pag. 107

PESCE PER GOURMET

Di mare e di fiume

Capesante, avocado e friggitelli + La petite rouge pag. 44 e pag. 9
Ravioli alla spigola pag. 50
Salmerino, asparagi e bottarga pag. 52

DOMENICA IN CAMPAGNA

Sapori buoni dall'orto

Fiori di zucca ripieni di ricotta e spinaci pag. 54
Trottole con le primizie pag. 88
Costine marinate al miele e spezie pag. 58

A BUFFET

Per portare tutto in tavola e poi godersi la festa

Mini burger di ceci con pane agli spinaci pag. 45
Manzo alla senape con salsa di avocado pag. 61
Giardiniera di verdure con hummus pag. 57